

# FILET DE LIEU, RIZ, CONCASSEE DE TOMATES ET COURGETTES PS 360G - SANS LACTOSE



FR  
85.182.005  
CE

RICHE EN PROTEINES

Fabriqué en France dans nos ateliers vendéens (85)

Pêche durable selon le référentiel MSC. [www.msc.org/fr](http://www.msc.org/fr)

Photo non contractuelle

Grammage (en g) : 360

Date de mise à jour : 29/01/2024

Code Produit : 3729

## POIDS DES DIFFÉRENTES COMPOSANTES EN G

Viande/poisson	90
Légume	157
Féculent	99
Sauce	14
<b>TOTAL</b>	<b>360</b>

## LISTE DES INGRÉDIENTS

RIZ, FILET DE LIEU, COURGETTES, CONCASÉE DE TOMATES ET CORIANDRE

Riz cuit 26% (eau, riz), **lieu** 25%, courgettes 23%, concassée de tomates 14% (tomates, jus de tomates ; acidifiant : acide citrique), oignons frits (oignon, huile d'olive, sel), huile de colza, eau, concentré de tomates, huile d'olive vierge, basilic, amidon transformé de riz, fibre de chicorée, olives noires, ail, sucre, coriandre 0.04%, thym, origan, poivre, piment.

## MODE DE CONSERVATION

À conserver à -18°C

Lieu pêché en Atlantique Nord-Est.

Produit garanti avec un taux de gluten < 20 ppm - Convient aux personnes intolérantes. Ne convient pas aux personnes allergiques.

Traces éventuelles de céleri, soja, céréales contenant du gluten.

Les informations en gras sont destinées aux allergiques et intolérants.



## VALEURS NUTRITIONNELLES

	Pour 100g	A la portion
Energie (kJ)	435	1566
Energie (kCal)	104	374
Matières grasses (g)	3,3	12
dont acides gras saturés (g)	0,4	1,4
Glucides (g)	10	36
dont sucres (g)	1,2	4,3
Fibres (g)	1,3	4,7
Protéines (g)	7,8	28
Sel (g)	0,12	0,43
Potassium (g)	0,155	0,558
Calcium (g)	0,017	0,061
Phosphore (g)	0,082	0,295

## ALLERGÈNES PRÉSENTS

Gluten <input type="checkbox"/>	Crustacés <input type="checkbox"/>	Oeufs <input type="checkbox"/>	Poissons <input checked="" type="checkbox"/>
Arachides <input type="checkbox"/>	Soja <input type="checkbox"/>	Lait / produits à base de lait <input type="checkbox"/>	Fruits à coque <input type="checkbox"/>
Céleri <input type="checkbox"/>	Moutarde <input type="checkbox"/>	Graines de sésame <input type="checkbox"/>	Anhydrides sulfureux / sulfites <input type="checkbox"/>
Lupin <input type="checkbox"/>	Mollusques <input type="checkbox"/>		

## SPÉCIFICATIONS NUTRITION

Rapport P/L	2,364
Grammage protidique (g)	90
Teneur en sodium (g/100 g)	0,047

## SPÉCIFICITÉS ALIMENTAIRES ET THÉRAPEUTIQUES

Pauvre en sel <input checked="" type="checkbox"/>	Pauvre en graisse <input type="checkbox"/>	Pauvre en fibres <input type="checkbox"/>
Sans résidus <input type="checkbox"/>	Diabétique <input checked="" type="checkbox"/>	Enrichie <input type="checkbox"/>

## REMISE EN TEMPÉRATURE - PLAT ÉTAT SURGELÉ

Type de four utilisé	Temps de réchauffage	Température ou puissance

Sans gluten (AFDIAG)

Sans porc

Végétarienne

Texture tendre (IDDSI 6)

Texture hachée (IDDSI 5)

Air pulsé	60 min	120°C
Thermocontact	60 min	120°C
Micro-onde <i>(retirer l'opercule)</i>	Entre 5 et 7 min	800W.

FLEURY MICHON LS – BP 1 – 85707 POUZAUGES CEDEX