

# NUGGETS DE POISSON, RIZ ET PUREE DE BROCOLIS

## 270G

 FR  
 85.182.005  
 CE


Fabriqué en France dans nos ateliers vendéens (85)

Photo non contractuelle

Grammage (en g) : 270

Date de mise à jour : 22/11/2023

Code Produit : 8138

**POIDS DES DIFFÉRENTES  
COMPOSANTES EN G**

Viande/poisson	80
Légume	27
Féculent	151
Sauce	12
<b>TOTAL</b>	<b>270</b>

**LISTE DES INGRÉDIENTS**
**RIZ, PRÉPARATION PANÉE CUITE À BASE DE COLIN D'ALASKA ET BROCOLIS**

Riz 29% (eau, riz), préparation à base de colin d'Alaska panée 29% [chair et filet de **colin** d'Alaska 20%, chapelure (farine de **blé**, levure, sel), huile de tournesol, eau, farine de **blé**, fécule, amidon de pommes de terre, blanc d'**œufs**, sel, poivre], eau, brocolis 10%, flocons de pommes de terre 3.8% (pommes de terre déshydratées, extrait d'épices ; émulsifiant : mono et diglycérides d'acides gras), poudre de **lait** écrémé, **crème** fraîche, **beurre**, sel, huile de colza, crème de riz. Colin d'Alaska pêché en Océan Pacifique Nord- Est.

Traces éventuelles de mollusques, céleri, crustacés, soja  
 Les informations en gras sont destinées aux allergiques et intolérants.


**MODE DE CONSERVATION**

À conserver à -18°C

**VALEURS NUTRITIONNELLES**

	Pour 100g	A la portion
Energie (kJ)	597	1612
Energie (kCal)	142	383
Matières grasses (g)	4,2	11
dont acides gras saturés (g)	1,1	3,0
Glucides (g)	19	51
dont sucres (g)	1,9	5,1
Fibres (g)	1,0	2,7
Protéines (g)	6,5	18
Sel (g)	0,83	2,2
Potassium (g)	0,164	0,443
Calcium (g)	0,039	0,105
Phosphore (g)	0,088	0,238

**ALLERGÈNES PRÉSENTS**

Gluten <input checked="" type="checkbox"/>	Crustacés <input type="checkbox"/>	Oeufs <input checked="" type="checkbox"/>	Poissons <input checked="" type="checkbox"/>
Arachides <input type="checkbox"/>	Soja <input type="checkbox"/>	Lait / produits à base de lait <input checked="" 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	1,548
Grammage protidique (g)	80
Teneur en sodium (g/100 g)	0,327

**SPÉCIFICITÉS ALIMENTAIRES ET THÉRAPEUTIQUES**

Pauvre en sel <input type="checkbox"/>	Pauvre en graisse <input type="checkbox"/>	Pauvre en fibres <input type="checkbox"/>
Sans résidus <input type="checkbox"/>	Diabétique <input type="checkbox"/>	Enrichie <input type="checkbox"/>
Sans gluten (AFDIAG) <input type="checkbox"/>	Sans porc <input checked="" type="checkbox"/>	Végétarienne <input type="checkbox"/>
Texture tendre (IDDSI 6) <input type="checkbox"/>	Texture hachée (IDDSI 5) <input type="checkbox"/>	

**REMISE EN TEMPÉRATURE - PLAT ÉTAT SURGELÉ**

Type de four utilisé	Temps de réchauffage	Température ou puissance
Air pulsé	60 min	120°C
Thermocontact	60 min	120°C
Micro-onde (retirer l'opercule)	Entre 5 et 7 min	800W.