

## UKE 26

### Kalvefrikadeller med sellerisauis, rotgrønnsaker og potetmos

**Ingredienser:** Kalvefrikadeller 35g 2x2,5 Kg En Fr (Kalvekjøtt (62 %), **melk**, potetstivelse, salt, krydder.), POTET, rotgrønnsaker (Gulrot, kålrot og **sellerirot**), vann, TINE (**helmelk**), **SELLERI**, MEIERISMØR (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), KREMFLØTE (**Fløte** (38 % fett)), **HVETEMEL** (**Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), soft flora ( Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**, kokosolje, salt, emulgator (**soyalecitin**, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), Kjøttglace kalv lys pastøs (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker, kalvekjøtt 3,1 %, storfekjøtt, grønnsaker (løk, purre), kjøttekstrakt, krydder, gulrotekstrakt, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), C-tex (maisstivelse), Kalvekraft konsentrert flytende (vann, salt, aroma, maltodekstrin, gjærekstrakt, kjøtt (kalv 2 %, storfe), sukker, fortykningsmiddel (xantangummi), kjøttekstrakt, grønnsaker (purre, løk), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), syre (sitronsyre), gulrotekstrakt, krydder, fargestoff (ammoniert karamell), rødvineksakt.), Salt, Grønnsakbuljong saltreduert (maltodekstrin, salt, gjærekstrakt, gulrotekstrakt 5 %, aroma, grønnsaker 3,9 % (purre, løk), sukker, rapsolje, krydder.), aromat (Salt, smaksforsterker (mononatriumglutamat), **MELKESUKKER**, gjærekstrakt, løk 3,4 %, vegetabilsk olje (solsikke, palme), antiklumpemiddel (silisiumdioksid), urter og krydder (bl.a hvitløk og **SELLERIFRØ**), Pepper sort malt (sort pepper.)

#### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 416 kJ / 100 kcal |
| Fett        | 5,9 g             |
| Mettet fett | 2,14 g            |
| Karbohydrat | 7,3 g             |
| Sukkerarter | 2 g               |
| Protein     | 4,2 g             |
| Salt        | 0,9 g             |

### Ertesuppe med pannekaker

**Ingredienser:** vann, pannekake (Vann, **HVETEMEL**, **KJERNEMELKSPULVER**, **EGG**, rapsolje, hevemiddel (E500ii, E450i), emulgator (E471, E322-solsikkelecithin), salt.), Svinebø, lettsaltet Matbørsen, erter (Tørkede gule erter), gulrot, purreløk, **selleri**, Kjøttglace kalv lys pastøs (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker, kalvekjøtt 3,1 %, storfekjøtt, grønnsaker (løk, purre), kjøttekstrakt, krydder, gulrotekstrakt, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), løk, Grønnsakbuljong saltreduert (maltodekstrin, salt, gjærekstrakt, gulrotekstrakt 5 %, aroma, grønnsaker 3,9 % (purre, løk), sukker, rapsolje, krydder.), Lys buljong (salt, gjærekstrakt, maltodekstrin, sukker, aroma, kjøttekstrakt 2,5 %, rapsolje, krydder, løk, hvitløk, paprika.), Salt, Timian hel (timianblader.), Pepper sort malt (sort pepper.), Potetmos vanlig (Poteter, emulgator (E471), stabilisator (E450a), antioksidanter (E304, E300, **NATRIUMSULFITT**: E221).)

#### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 545 kJ / 131 kcal |
| Fett        | 7,3 g             |
| Mettet fett | 3,1 g             |
| Karbohydrat | 9,8 g             |
| Sukkerarter | 1 g               |
| Protein     | 5,5 g             |
| Salt        | 0,7 g             |

### Kyllingfilet, Indisk saus, romaneskoblanding og ris

**Ingredienser:** Kyllingfilet (Kyllingfilet), vann, romaneskoblanding (Gulrot, romaneskokål 29%, aspargesbønner. Grønnsakene er forvellet.), creme fraiche (**Kremfløte** og melkesyrekultur.), Jasminris (Jasminris), TIKKA MASALA SPICE MIX (Tomat, sukker, salt (15%), paprika, spiskummin, løk, hvitløk, ingefær, koriander, andra krydder, kardemumma, svartpepper, klumpforybyggemiddel (E551), sitronaroma.), Salt, paprika (INGREDIENS Paprika.), Pepper sort malt (sort pepper.)

#### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 569 kJ / 137 kcal |
| Fett        | 6 g               |
| Mettet fett | 3,71 g            |
| Karbohydrat | 10,7 g            |
| Sukkerarter | 1,7 g             |
| Protein     | 9,3 g             |
| Salt        | 0,8 g             |

## Benløse fugler med brun saus m/løk blomkålblanding og potet

**Ingredienser:** Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfitt**)), Benløse fugler (Storfekjøtt(32.0%), svinekjøtt(24.5%), **myse(melk)**, vann, potetmel, salt, løk, **melkeproteinkonsentrat**, antioksidant [E331] , krydder, muskat, allehånde, nellik, margarin [Rapsolje, fullherdet kokos- og rapsolje, vann, kokosolje, **skummetmelk**, salt, emulgator (**soyalecitin**, E471), aroma], vann, BLOMKÅLBLANDING (Gulrot, Blomkål, Erter), løk, **HVETEMEL (Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), **KREMFLØTE (Fløte (38 % fett))**, Kjøttglace okse pastøs (aroma (inneholder løk), olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker, maltodekstrin, fargestoff (ammonisert karamell), kjøttekstrakt 1%, krydder, gulrotekstrakt, **sellerirot**, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), soft flora ( Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**, kokosolje, salt, emulgator (**soyalecitin**, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), C-tex (maisstivelse), **MEIERISMØR (Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), Kjøttglace kalv lys pastøs (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker, kalvekjøtt 3,1 %, storfekjøtt, grønnsaker (løk, purre), kjøttekstrakt, krydder, gulrotekstrakt, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), Kalvekraft konsentrert flytende (vann, salt, aroma, maltodekstrin, gjærekstrakt, kjøtt (kalv 2 %, storfe), sukker, fortykningsmiddel (xantangummi), kjøttekstrakt, grønnsaker (purre, løk), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), syre (sitronsyre), gulrotekstrakt, krydder, fargestoff (ammonisert karamell), rødvinsekstrakt.), Salt, Løkpulver (løk.), sukker, Pepper sort malt (sort pepper.)

### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 452 kJ / 108 kcal |
| Fett        | 5,5 g             |
| Mettet fett | 2,16 g            |
| Karbohydrat | 9,2 g             |
| Sukkerarter | 1,9 g             |
| Protein     | 5 g               |
| Salt        | 0,7 g             |

## Panert flyndre med spinatstuing og poteter

**Ingredienser:** Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfitt**)), Lettpanert Flyndrefilet, (Limanda aspera) 80%, rapsolje, **hvetemel**, hvetestivelse, maismel, salt, druesukker, sitronjuice, **skummetmelkspulver**, **hvetegluten**, gjær, **sennepspulver**, persille og sitronolje, **Helmelk (helmelk)**, spinat (Spinat), **HVETEMEL (Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), C-tex (maisstivelse), **MEIERISMØR (Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), soft flora ( Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**, kokosolje, salt, emulgator (**soyalecitin**, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), Aromat krydder 7kg Knorr (Salt, smaksforsterker (mononatriumglutamat), **MELKESUKKER**, gjærekstrakt, løk 3,4 %, vegetabilsk olje (solsikke, palme), antiklumpemiddel (silisiumdioksid), urter og krydder (bl.a hvitløk og **SELLERIFRØ**)), Grønnsakbuljong saltreduert (maltodekstrin, salt, gjærekstrakt, gulrotekstrakt 5 %, aroma, grønnsaker 3,9 % (purre, løk), sukker, rapsolje, krydder.), Salt, sukker, Pepper sort malt (sort pepper.)

### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 444 kJ / 106 kcal |
| Fett        | 3,7 g             |
| Mettet fett | 0,82 g            |
| Karbohydrat | 10,4 g            |
| Sukkerarter | 2 g               |
| Protein     | 7,3 g             |
| Salt        | 0,5 g             |

## Fiskekarbonade purre/hvitløk med rotstuing smør og poteter

**Ingredienser:** Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfitt**)), **Fiskekarbonade** purre hvitløk (**Hvitlaks, argentinsk silus**) (28%) **surimi (alaska pollock**, stabilisatorer: (E420, E450, E45 (25%) **helmelk**, vann, tapiokarapsolje, purre, krydder (hvitløk, **mysepulver**, salt, stabilisator (E452) dekstrose, aroma, løkpulver, surhetsregulerende middel (E262)), **helmelk (helmelk)**, gulrot, kålrot, **selleri, meierismør (Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), purreløk, **hvetemel (Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), soft flora ( Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**, kokosolje, salt, emulgator (soyalecitin, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), C-tex (maisstivelse), Grønnsakbuljong saltreduert (maltodekstrin, salt, gjærekstrakt, gulrotekstrakt 5 %, aroma, grønnsaker 3,9 % (purre, løk), sukker, rapsolje, krydder.), Salt, Pepper sort malt (sort pepper.)

### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 461 kJ / 112 kcal |
| Fett        | 5,3 g             |
| Mettet fett | 1,95 g            |
| Karbohydrat | 10,8 g            |
| Sukkerarter | 3 g               |
| Protein     | 4,9 g             |
| Salt        | 0,6 g             |

## Kikertpanert fisk med remulade, gulrot og potet

**Ingredienser:** Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfit**)), Kikertpanert fisk, (Renskårne fileter av Alaska Pollock 60%, rapsolje, vann, rismel, stivelse, kikertmel, maismel, salt, krydder (bl.a. paprika), druesukker, løkpulver, stabiliseringsmiddel (E415), og krydderekstrakt.), Gulrot, Remulade (Rapsolje, vann, sylteagurk (6 %), sukker, **eggeplomme** eddik, **sennepsfrø**, salt, fortykningsmiddel (guarkjernemel, xantangummi, E 1422), konserveringsmiddel (kaliumsorbat, natriumbenzoat), surhetsregulerende middel (sitronsyre), løk, krydder (med muskatblomme), aroma, fargestoff (riboflavin, betakaroten, karamell, klorofyllin), antioksidant (E 385)), MEIERISMØR (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), Salt

### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 719 kJ / 173 kcal |
| Fett        | 11,5 g            |
| Mettet fett | 1,28 g            |
| Karbohydrat | 12,6 g            |
| Sukkerarter | 3,3 g             |
| Protein     | 4,1 g             |
| Salt        | 0,5 g             |

## Pannekaker 2 stk

**Ingredienser:** pannekake (Vann, **HVETEMEL**, **KJERNEMELKSPULVER**, **EGG**, rapsolje, hevemiddel (E500ii, E450i), emulgator (E471, E322-solsikkelecithin), salt.)

### Næring pr.100g:

|             |                    |
|-------------|--------------------|
| Energi      | 1095 kJ / 263 kcal |
| Fett        | 17,8 g             |
| Mettet fett | 8,5 g              |
| Karbohydrat | 17,6 g             |
| Sukkerarter | 0,2 g              |
| Protein     | 7,3 g              |
| Salt        | 0,5 g              |

## Smørgrøt

**Ingredienser:** **helmelk (helmelk)**, **hvetemel (Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), **meierismør (Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), soft flora ( Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**,kokosolje, salt, emulgator (soyalecitin, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), sukker, Salt

### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 682 kJ / 165 kcal |
| Fett        | 10 g              |
| Mettet fett | 5,23 g            |
| Karbohydrat | 13,8 g            |
| Sukkerarter | 3,9 g             |
| Protein     | 4,4 g             |
| Salt        | 0,3 g             |

## Aspargessuppe

**Ingredienser:** vann, Aspargessuppe pasta (Modifisert maisstivelse, maisstivelse, solsikkeolje, salt, asparges 7%, aroma, glukosesirup, rapsolje, sukker, gjærekstrakt, **melkeprotein**,purre, fargestoff (betakaroten).), **kremfløte (Fløte** (38 % fett)), **hvetemel (Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), soft flora ( Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**,kokosolje, salt, emulgator (**soyalecitin**, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), TINE Meierismør 500 g folie (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), Kjøttglace kalv lys pastøs (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker,kalvekjøtt 3,1 %, storfekjøtt, grønnsaker (løk, purre), kjøttkstrakt,krydder, gulrotekstrakt, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), C-tex (maisstivelse), sukker, Aromat,Knorr, Pepper sort malt (sort pepper.)

### Næring pr.100g:

|             |                  |
|-------------|------------------|
| Energi      | 303 kJ / 73 kcal |
| Fett        | 4,4 g            |
| Mettet fett | 1,9 g            |
| Karbohydrat | 7,3 g            |
| Sukkerarter | 1,2 g            |
| Protein     | 0,8 g            |
| Salt        | 1,1 g            |

## Tomatsuppe

**Ingredienser:** vann, tomat, tomatpure (Tomater), løk, **SELLERI**, gulrot, **KREMFLØTE (Fløte (38 % fett))**, Kjøttglace, kylling pastøs (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, aroma, kyllingkjøtt 7,6 %, gjærekstrakt, grønnsaker (løk, **sellerirot**), krydder, emulgator(E471). Helt uten palmeolje), **HVETEMEL (Hvetemel, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre))**. Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), C-tex (maisstivelse), sukker, Kyllingkraft konsentrert flytende (vann, kylling 11% (kyllingkjøtt 99,9 %, antioksidant(rosmarinekstrakt)), salt, aroma, gjærekstrakt, grønnsaker (purre, løk, hvitløk), krydder, fortykningsmiddel (xantangummi), syre (sitronsyre), konserveringsmiddel (kaliumsorbat), gulrotekstrakt, bukkehornkløver.), raps og olivenolje (80% Rapsolje, 20% ekstra jomfru oliven olje.), Urter i olje hvitløk (fersk hvitløk 68 %, solsikkeolje, havsalt, konsentrert sitronsaft, konserveringsmiddel (sorbinsyre).), aromat (Salt, smaksforsterker (mononatriumglutamat), **MELKESUKKER**, gjærekstrakt, løk 3,4 %, vegetabilsk olje (solsikke, palme), antiklumpemiddel (silisiumdioksid), urter og krydder (bl.a hvitløk og **SELLERIFRØ**), Salt, Basilikum (basilikumblader.), Timian hel (timianblader.), Pepper sort malt (sort pepper.)

### Næring pr.100g:

|             |                  |
|-------------|------------------|
| Energi      | 204 kJ / 49 kcal |
| Fett        | 2,2 g            |
| Mettet fett | 0,9 g            |
| Karbohydrat | 5,9 g            |
| Sukkerarter | 2,7 g            |
| Protein     | 1,1 g            |
| Salt        | 0,8 g            |

## Bakt ananas med vaniljesaus

**Ingredienser:** Ananasbiter (Ananas), Vaniljesaus (72% **hmelk**, 15% **kremfløte**, 10 % sukker, modifisert maisstivelse, stabilisator (johannesbrødkjerneremel, guar, karragenan), aroma, fargestoff (karotener)), sukker, Kanel malt (bark fra Cassiatreet.)

### Næring pr.100g:

|             |                   |
|-------------|-------------------|
| Energi      | 470 kJ / 112 kcal |
| Fett        | 3,8 g             |
| Mettet fett | 2,35 g            |
| Karbohydrat | 17,5 g            |
| Sukkerarter | 16,5 g            |
| Protein     | 1,4 g             |
| Salt        | 0 g               |

## Semulepudding med rød saus

**Ingredienser:** **Hmelk** 3,5 % fett (**hmelk**), vann, Husholdningssaft (Råsaft frå drue 24%, eple 20%, kirsebær 4% og pære 2% (frå konsentrat, totalt 50% råsaft), sukker, vatn, surheitsregulerande middel (sitronsyre), konserveringsmiddel (kaliumsorbat, natriumbenzoat).), **semulegryn**, sukker, blåbærsyltetøy, Blåbærsaft (Råsaft frå blåbær 60% og raud drue 3% (frå konsentrat, totalt 63% råsaft), sukker, surheitsregulerande middel (eplesyre), konserveringsmiddel (kaliumsorbat, natriumbenzoat).), C-tex (maisstivelse), mandelessens

### Næring pr.100g:

|             |                  |
|-------------|------------------|
| Energi      | 341 kJ / 81 kcal |
| Fett        | 1,9 g            |
| Mettet fett | 1,17 g           |
| Karbohydrat | 13,5 g           |
| Sukkerarter | 7,3 g            |
| Protein     | 2,3 g            |
| Salt        | 0,1 g            |