

## Couscouspytt

Gjelder for: Servicedivisjon/Forsyningsavdeling/Forsyningsavdeling - felles  
Dokumenttype: Avdelingens dokumentasjon  
Sist endret: 27.09.2023

## Couscouspytt, vegan. 1 porsj. ca. 250g

### Ingredienser:

(Findus) Kukt couscous (47% (durumhvete, vann)), kokte linser, rapsolje, grønne bønner, brokkoli, rød paprika, gulrøtter, stekt løk (løk, rapsolje), fritert aubergine (aubergine, solsikkeolje), salt, hvitløk, sukker, chilipepper, gurkemeie, kanel, ingefærekstrakt.

**Næringsinnhold pr. 100g: Energi 776 kJ, 186 kcal, fett 8,6g -hvorav mettede fettsyrer 0,7g, karbohydrat 21,0g -hvorav sukkerarter 2,8g, protein 4,7g, salt 0,80g.**

### LAKTOSEINNHOLD PR. 100g: 0g

For laktoseredusert kost anbefales mindre enn 5g laktose pr. måltid.

**KAN SPISES AV: DIA, LAKTOSEFRI, MELKEFRI, VEGAN.**

Allergener	Ja	Nei
Gluten	x	
Skalldyr		x
Egg		x
Fisk		x
Nøtter		x
Peanøtter		x
Soya		x
Melk		x
Selleri		x
Sennep		x
Sesamfrø		x
Lupin		x
Svoveldioksid/sulfitt		x
Bløtdyr		x

### Lagring:

-18°C

### Holdbarhet:

Se etikett.

Tint vare har holdbarhet på 2 dager.

Fryses: Nei – Produktet har vært fryst.

### Bruk:

Kan serveres varm eller kald.

Rester må ikke varmebehandles på nytt, men kastes.

### Målgruppe:

Vegetar/vegan.

Store deler av målgruppen har nedsatt immunforsvar.