

Depåmat och dryck

Felix nötköttbullar SärNär:

Ingredienser

Nötkött (63 %), potatis, lök, potatisstärkelse, salt, potatisfiber, socker, svartpepparextrakt och smält socker.

Felix potatismos komplett:

Ingredienser

Torkad potatis 88 %, MJÖLKPULVER, salt, GRÄDDPULVER, svartpepparextrakt, arom, stabiliseringsmedel (vegetabilisk monoglycerid, E450) och antioxidationsmedel (askorbinsyra, E304, E223 SULFIT).

Anamma Vegobullar

Ingredienser

Rapsolja, lök, vitlök, stabiliseringsmedel (metylcellulosa), äppleextrakt, salt (1,0 %), naturlig arom, kryddor

Felix tomatketchup

Ingredienser

Tomatpuré (motsvarande 140 g färska tomater per 100 g ketchup), vatten, socker, ättika, modifierad stärkelse, salt, antioxidationsmedel (askorbinsyra), syra (citronsyra), konserveringsmedel (kaliumsorbat och natriumbensoat) kryddextrakt (bl a kanel) och kryddor (bl a paprika, vitlök).

Blåbärssoppa

Ingredienser

Vatten, socker, blåbär, förtjockningsmedel (mo-

difierad stärkelse och guarkärnmjöl), kostfiber från cikoriarot (inulin), syra (citronsyra), vitamin C och arom. Innehåller 8% blåbär och 8,5% tillsatt socker.

Blandsaft

Ingredienser

Socker, äppeljuice, jordgubbsjuice, druvjuice, vatten, fläderbärsjuice, syra (citronsyra). Drickfärdig saft innehåller 8,5% fruktjuice från koncentrat (2% jordgubbsjuice) och 7% tillsatt socker

Önos äppelmos

Ingredienser

Äpplen, socker, vatten, syra (citronsyra), förtjockningsmedel (pektin), konserveringsmedel (kaliumsorbat), antioxidationsmedel (askorbinsyra). Innehåll 75% äpple.

Önos lingonsylt

Ingredienser

Lingon, socker, vatten, förtjockningsmedel (pektin), syra (citronsyra), konserveringsmedel (kaliumsorbat). 100 g sylt innehåller 35 g lingon.

Depåmat och dryck

Enervit Sportdryck

Ingredienser apelsinsmak:

Sockerarter (43%) (dextros (28,4%), fruktos (17,3%), maltodextrin (2,6%)), Syra (citronsyra), Dinatriumfosfat, Apelsinarom, Förtjockningsmedel (natriumkarboximetylcellulosa), Magnesiumcitrat, Kaliumcitrat, Natriumcitrat, Natriumklorid, Klumpförebyggande medel (kiseloxid), Vitamin C (L-askorbinsyra), Niacin (nikotinamid), Pantotensyra (kalcium-D-pantotenat), Riboflavin, Tiaminhydroklorid.

Ingredienser citronsmak:

Sockerarter (43%) (dextros (28,4%), fruktos (17,3%), maltodextrin (2,6%)), Syra (citronsyra), Dinatriumfosfat, citronarom, Förtjockningsmedel (natriumkarboximetylcellulosa), Magnesiumcitrat, Kaliumcitrat, Natriumcitrat, Natriumklorid, Klumpförebyggande medel (kiseloxid), Vitamin C (L-askorbinsyra), Niacin (nikotinamid), Pantotensyra (kalcium-D-pantotenat), Riboflavin, Tiaminhydroklorid.

Kan innehålla spår av gluten, soja, ägg, sesamfrö, mjölk och nötter.

Slät bulle

Ingredienser

Vetemjöl, vatten, sirap, vegetabiliskt fett, jäst, vetegluten, emulgeringsmedel, (E471,E472e), salt, kardemumma. Brödglass: Maltodextrin, modifierad vetestärkelse, hydrolyserat veteprotein, potatisstärkelse, dextros.

Kan innehålla spår av mandel, aprikos och mjölk.

Glutenfritt bröd

Olika fabrikat förekommer - be om innehållsförteckning från funktionär i depå.

Depåmat och dryck

Lasagne

PRODUKTSPECIFIKATION

Produktnamn	Lasagne 2kg Vätternrundan
Artikelnummer	
GTIN-13 (EAN-13)	
Beskrivning	Lasagne 2kg Vätternrundan
Produktkategori	
Ingår i slutprodukterna	-
Hållbarhet	5 dagar
Förvaring	+4°C - +8°C
Förpackning	Livsmedelsgodkänd pte-plastförpackning
Nettovikt	2kg
Bruttovikt	
Distribution	Obruten kylkedja via kylbil, < 8°C
Förpackningstext	
Tillagning	-
Målgrupp	Vätternrundan

Ingredienser:

Ingredienser: Mjök, durumvete- och vetemjöl, vatten, nöt- och griskött, tomatpuré, morot, lök, ost, modifierad stärkelse, tomat, salt, smör, ägg, kryddor (bla. paprika, vitlök), örtekryddor, persilja. Kött: 11%.

Allergeninformation	
Allergen (och/eller produkter därav)	Finns i recept (J/N/Spår av)
Gluten (vete, råg, korn, spelt, kamut samt korsning mellan dem)	J
Kräftdjur	N
Ägg	J
Fisk	N
Jordnötter	N
Sojaböner (sojaprotein)	N
Laktos	J
Mjölprotein	J
Nötter (mandel, hasselnötter, valnöt, cashewnöt, pekannöt, paranöt, pistachmandel, makadamianöt, queenslandnöt)	N
Selleri	N
Senap	N
Sesamfrön	N
Svaveldioxidiner och sulfiter	N
Lupin	N
Blötdjur (snäckor, musslor, bläckfisk)	N

Depåmat och dryck

Vegetarisk lasagne

Den italienska kulturstaden har gett namn åt denna gröna portionslasagne med god ostsås och en härlig fyllning av bl.a. tomat, morötter och palsternacka.

Ingredienser

Tomater, pastablåd (vatten, DURUMVETEMJÖL, VETESTÄRKELSE, ÄGGVITEPULVER, salt, rapsolja) SKUMMJÖLK, morötter, vatten, modifierad stärkelse, OST, palsternacka, kålrötter, KORNGRYN, vegetabiliska oljor (raps, palm), salt, farinsocker, lök, grönsakspulver (morot, lök, palsternacka), bladkryddor, stärkelse, vitlökspulver, kryddor och kryddextrakt.

Näringsvärde (per 100g)

Energi (kJ)	540	Tiamin (mg)	0,04
Energi (kcal)	130	Riboflavin (mg)	0,10
Fett (g)	4,5	Niacin (mg)	1,4
Fett - mättat (g)	1,8	Vitamin C (mg)	3
Kolhydrat (g)	17	Kalium (mg)	140
Kolhydrat - sockerarter (g)	3	Kalcium (mg)	70
Fiber (g)	1	Järn (mg)	0,5
Protein (g)	4	Magnesium (mg)	20
Salt (g)	1,6	Zink (mg)	0,6
Kolhydrat - laktos (g)	0,6		
Vitamin A (µg)	80		
Vitamin D (µg)	0,2		

Tillagning

Tillaga från djupfryst till 70°C centrumtemperatur.

Ca-tider. Tiderna gäller fylld ugn.

Konvektions-ugn 200°C 40 - 45 min

Kombiugnkombiläge 225°C 25 - 30 min

Depåmat och dryck

Chili con carne

PRODUKTSPECIFIKATION	
Produktnamn:	Chili con carne
Artikelnummer:	R40046
GTIN-13 (EAN-13):	7350008526389
Beskrivning:	
Produktkategori:	Husmanrätter
Ingår i slutprodukterna:	-
Hållbarhet:	30 dagar
Förvaring:	+4°C - +8°C
Förpackning:	Livsmedelsgodkänd pte-plastförpackning
Nettovikt:	500g
Bruttovikt:	525g
Distribution:	Obruten kylkedja via kylbil, <+8°C
Förpackningstext:	
Tillagning:	-
Målgrupp:	Alla konsumenter

Ingredienser:

Ingredienser: röda kidney bönor (röda kidney bönor, vatten, salt, tomatkoncentrat, naturliga aromämnen), vatten, blandfärs (nötkött(70%), griskött(30%)), tomatpuré, lök, krossade tomater, chilisås(tomatpuré, tomater, socker, vinäger, salt, lök, kryddor), salt, vitlök socker, hönsbuljong (salt, maltodextrin, arom(med kyckling mm), stärkelse, jästextrakt, kycklingkött(2,5%), animaliskt fett (från kyckling), lök, vegetabilisk fett, kryddor, kryddextrakt), chilipulver (chili, salt, vitlök, oregano, spiskummin, klumpförebyggande medel(E551)).

Allergiinformation:

Allergen (och/eller produkter därav)	Finns i recept (J/N/spår av)
Gluten (vete, råg, korn, havre, spelt, kamut samt korsningar mellan dem)	N
Kräftdjur	N
Ägg	N
Fisk	N
Jordnötter	N
Sojabönor (sojaprotein)	N
Laktos	N
Mjolkprotein	N
Nötter (mandel, hasselnöt, valnöt, cashewnöt, pekannöt, paranöt, pistaschmandel, makadamianöt, queenslandnöt)	N
Selleri	N
Senap	N
Sesamfrön	N
Svaveldioxidiner och sulfiter	N
Lupin	N
Blötdjur (snäckor, musslor, bläckfisk)	N

Depåmat och dryck

Müsli & flingorw

ICA müsli crunchy jordgubbar & yoghurt

INGREDIENSER

Crunchymüsli 24% (fullkornshavregryn, socker, palmolja, fullkornsvete-flingor/flak, puffat ris (rismjöl, socker, vetegluten, korn- och vetemaltmjöl, salt, kornmaltextrakt), kokosflingor/flak, glukosfruktossirap, bakpulver (E500), caramel sirup, arom), fullkornsvete-flingor 20%, crunchymüsli 19% (fullkornshavregryn, oligofruktos, palmolja, inulin), yoghurtöverdragna cornflakes 15% (yoghurtöverdrag (socker, palmfett, vasslepulver/mysepulver, mjölkpulver, kakaosmör, maltodextrin, emulgeringsmedel (sojalecitin), syra (E330), vaniljarom, yoghurtpulver 1%, vanilj, geleringsmedel (E414), kokos- och palmolja)), cornflakes (majs, socker, salt, kornmalt), modifierad tapiokastärkelse/stivelse, glukos-sirap, ytbehandlingsmedel/overflatebehandlingsmedel (E904)), cornflakes 10% (majs, salt, kornmaltextrakt), ris- och fullkornsvete-flingor/flak 8% (ris, fullkornsvete, socker, vetegluten, kornmalt, vetemjöl, mjölkpulver, salt, vetegroddar/hvetespirer), frystorkade jordgubbsbitar/jordbærbitar 2,5%, jordgubbspulver 0,5% (jordgubbar, maltodextrin). Kan innehålla spår av jordnötter/peanötter, sesamfrön, hasselnötter, mandel, pekannötter, cashewnötter, paranötter, valnötter.

NÄRINGSDEKLARATION/NÄRINGSINNHOLD PER 100 G

Energi	1700 kJ/400 kcal
Fett	9,5 g
varav mättat/mettet fett	5 g
Kolhydrat/karbohydrat	65 g
varav sockerarter/sukkerarter	18 g
Fiber	10 g
Protein	9,5 g
Salt	0,5 g

ICA FROSTIGA FLINGOR

MAJSFLINGOR/MAISFLAK FROSTADE MED SOCKER

INGREDIENSER

Majs 76%, socker 21%, salt, kornmaltextrakt/byggmaltekstrakt. Kan innehålla spår av soja, mjölk.

NÄRINGSDEKLARATION/ NÄRINGSINNHOLD PER 100 g

Energi	1650 kJ/390 kcal
Fett	0,9 g
varav mättat/mettet fett	<0,5 g
Kolhydrat/karbohydrat	86 g
varav sockerarter/sukkerarter	24 g
Fiber	3,5 g
Protein	6,7 g
Salt	1,8 g

Beräknad mängd per portion: 30 g = ca 2 dl.

FÖRVARING/OPPBEVARING

Torr, ej över normal rumstemperatur och avskilt från varor med stark lukt. Tillslut/luvk innerpåsen efter användning för bevarad smak och fräschhet/spröhet.

HÅLLBARHET/HOLDBARHET

Se datumstämpel.

FÖRPACKNING/EMBALLASJE

Kartongen sorteras som pappersförpackning/papir och innerpåsen som mjukplast.

INFORMATION

Under transport kan innehållet sjunka ihop, nettovikten är dock 500 g.

Producerad i Tyskland för
ICA AB, 171 93 Solna, Sverige.
Kundkontakt (S): 020-83 33 33 eller www.ICA.se
Kundkontakt (N): www.ICA.no
Receptförslag: www.ICA.se

Depåmat och dryck

Bröd

Skogaholm – Originalrost

Ingrediensförteckning Mjöl (**vete**, siktad **råg**), vatten, sirap, rapsolja, jäst, salt, **vetegluten**, surdeg av **vete**, malt av **korn**.

Näringsdeklaration per 100 g/ml

Energi 1110 kJ / 260 kcal
Fett 2,9
- varav mättat fett <0,5
Kolhydrat 49
- varav sockerarter 2,7
Fiber 2,4
Protein 8,8
Salt 1,0

Skogaholm – Fiberrost

Ingrediensförteckning Mjöl (**vete**, fullkorn av **vete** och **råg**, siktad **råg**), vatten, krossade **råg**kärnor 5,5%,**vetegluten**, sirap, jäst, rapsolja, malt av **råg** och **korn**, salt, surdegspulver av **vete**, vegetabiliskt emulgeringsmedel (mono- och diglyceriders mono- och diacetylvinsyrastrar). Brödet innehåller 28 % fullkorn vilket motsvarar 36 % av torrvikten. Brödet innehåller 18% råg.

Näringsdeklaration per 100 g/ml

Energi 1100 kJ / 270 kcal
Fett 3,6
- varav mättat fett 0,6
Kolhydrat 45
- varav sockerarter 2,6
Fiber 5,2
Protein 10
Salt 0,8

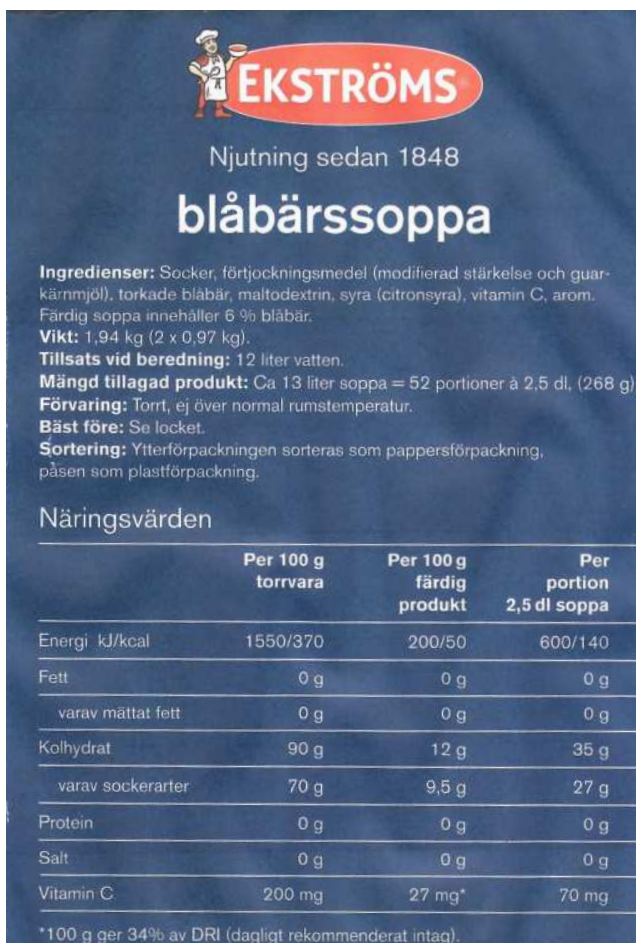
Wasa Husman ”knäckebröd”

Ingredienser: Fullkornsrågmjöl, jäst, salt.

Näringsinnehåll	per 100g	per skiva
Energivärde kJ (kcal)	1400 (330)	180 (45)
Protein	9,0 g	1,0 g
Kolhydrater	60 g	8,0 g
(varav sockerarter)	1,5 g	0,2 g
Fett	2,0 g	0,3 g
(varav mättat fett)	0,4 g	<0,1
Fiber	20 g	2,5 g
Salt	1,0 g	0,1 g

Depåmat och dryck

Blåbärssoppa & mjölkprodukter



EKSTRÖMS
Njutning sedan 1848
blåbärssoppa

Ingredienser: Socker, förtjockningsmedel (modifierad stärkelse och guar-kärnmjöl), torkade blåbär, maltodextrin, syra (citronsyra), vitamin C, arom.
Färdig soppa innehåller 6 % blåbär.
Vikt: 1,94 kg (2 x 0,97 kg).
Tillsats vid beredning: 12 liter vatten.
Mängd tillagad produkt: Ca. 13 liter soppa = 52 portioner à 2,5 dl, (268 g).
Förvaring: Torr, ej över normal rumstemperatur.
Bäst före: Se locket.
Sortering: Ytterförpackningen sorteras som pappersförpackning, påsen som plastförpackning.

Näringsvärden

	Per 100 g torrvara	Per 100 g färdig produkt	Per portion 2,5 dl soppa
Energi kJ/kcal	1550/370	200/50	600/140
Fett	0 g	0 g	0 g
varav mättat fett	0 g	0 g	0 g
Kolhydrat	90 g	12 g	35 g
varav sockerarter	70 g	9,5 g	27 g
Protein	0 g	0 g	0 g
Salt	0 g	0 g	0 g
Vitamin C	200 mg	27 mg*	70 mg

*100 g ger 34% av DRI (dagligt rekommenderat intag).

Mjölkprodukter, havredryck

Standardmjölk	Arla	
Mellanmjölk	Arla	
Laktosfri Mjölk	Arla	- "fråga efter"
Filmjölk	Arla	
Laktosfri Filmjölk		- "fråga efter!"
Havredryck		- "fråga efter!"
Lätt & Lagom 10g Mjölkfritt margarin		- "fråga efter!"