



OMA RUOKAKIRJA

RUOKA, SALAATIT JA TÄYTTEET, KASVISSALAATIT



Coleslaw-salaatti 2 kg

Kaali 52 %, rapsiöljy, porkkana, vesi, sokeri, sitruunatäysmehu, jodioitu suola, etikka, mustapippuri, muunnettu perunatärkkelys, sakeuttamisaineet (E 412, E 415), hapettumisenestoaine (E 300), aromi, säilöntäaine (E 202).

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 4522

K 20233692

M 44221

T 0215228

HT 8023158

EAN/pakkaus:
6412000045228

EAN/myyntierä:
6412000045228

Laatikon EAN-koodi:
6412002045226

Paino: 2 kg

Myyntierä / Täysi laatikko:
1 / 4

Pakkaus: Muovikulho

Ruokavali: Maitoproteiiniton, Kananmunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon, Gluteeniton

Energiamäärä/100g: 180 kcal

HINTA

11,90 €



Hedelmäinen salaatti 2 kg

Kaali, kastike (vesi, rapsiöljy, sokeri, aprikoosi, sitruuna, muunnettu perunatärkkelys, jodioitu suola, sakeuttamisaine E 415, säilöntäaine E 202, aromi, väri E 100), ananasmurska 7 %, paprika.

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 4581

K 20377357

M 44219

T 0647297

EAN/pakkaus:
6412000045815

Ruokavali: Maitoproteiiniton, Kananmunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon, Gluteeniton

Energiamäärä/100g: 100 kcal

12,90 €

EAN/myyntierä:
6412000045815

Laatikon EAN-koodi:
6412002045813

Paino: 2 kg

Myyntierä / Täysi laatikko:
1 / 4

Pakkaus: Muovikulho



Kirkas perunasalaatti 2 kg

13,90 €

Peruna 70 %, kurkku, sipuli, rapsiöljy, etikka, sokeri, jodioitu suola, **sinapinsiemen**, ruohosipuli, rosmariini, happamuudensäätöaine (E 270), säilöntäaine (E 202), sakeuttamisaine (E 415), väri (E 160a).

Ruokavalio: Gluteeniton, Laktoositon, Kananmunaton, Maitoproteiiniton, Kasvis (lakto-ovo), Vegaani
Energiamäärä/100g: 120 kcal

Tuotenumero: 4582

K 20065289

M 44220

T 0650614

HT 8040123

EAN/pakkaus:
6412000045822

EAN/myyntierä:
6412000045822

Laatikon EAN-koodi:
6412002045820

Paino: 2 kg

Myyntierä / Täysi laatikko:
1 / 4

Pakkaus: Muovikulho



Kurkkuinen salaatti 2 kg

13,90 €

Kaali, kurkku 31 %, kastike (vesi, rapsiöljy, etikka, sokeri, jodioitu suola, muunnettu perunatärkkelys, sakeuttamisaineet E 412, E 415, hapettumisenestoaine E 300, säilöntäaine E 202), säilötty kesäkurpitsa, omena, tilli, mustapippuri.

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 3549

K 20030427

M 44207

T 0793505

HT 8053157

EAN/pakkaus:
6412000035496

Ruokavalio: Maitoproteiiniton, Kananmunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon, Gluteeniton
Energiamäärä/100g: 100 kcal

EAN/myyntierä:

6412000035496

Laatikon EAN-koodi:

6412002035494

Paino: 2 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**

1 / 4

Pakkaus: Muovikulho**Kurkkuraastesalaatti 2 kg**

13,90 €

Kurkku 55 %, omena, kaali, sokeri, etikka, muunnettu perunatärkkelys, jodioitu suola, tilli, säilöntäaine (E 202), kurkuma, aromi.

Vähemmän suolaa.

Ruokavali: Gluteeniton, Laktoositon, Kananmunaton, Maitoproteiiniton, Kasvis (lakto-ovo), Vegaani
Energiamäärä/100g: 60 kcal

Tuotenumero: 4593**K** 21297108**M** 4593**T** 0459271**EAN/pakkaus:**

6412000045938

EAN/myyntierä:

6412000045938

Laatikon EAN-koodi:

6412001045937

Paino: 2 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**

1 / 4

Pakkaus: Muovikulho**Puutarhurin salaatti 2 kg**

13,90 €

Porkkana, valkokaali, punakaali, vesi, omenamehu, appelsiinimehu, sokeri, rapsiöljy, sitruunamehu, muunnettu perunatärkkelys, etikka, jodioitu suola, säilöntäaine (E 202), sakeuttamisaine (E 415).

Vähemmän suolaa.

Ruokavali: Gluteeniton, Laktoositon, Kananmunaton, Maitoproteiiniton, Kasvis (lakto-ovo), Vegaani
Energiamäärä/100g: 60 kcal

Tuotenumero: 4584**K** 20051111**M** 4584**T** 0137414**HT** 137414**EAN/pakkaus:**

6412000045846

EAN/myyntierä:

6412000045846

Laatikon EAN-koodi:

6412002045844

Paino: 2 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**

1 / 4

Pakkaus: Muovikulho**Raikas kasvissalaatti 3 kg**

20,90 €

Kaali, tuore kurkku, porkkana, sokeri, vesi, rapsiöljy, sitruunamehu, omenaviinietikka, etikka, jodioitu suola, säilöntäaine (E 202), mustapippuri, Kasvispitoisuus 86 %.

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 4592**K** 20923016**M** 4592**T** 0699108**HT** 8021847**EAN/pakkaus:**

6412000045921

EAN/myyntierä:

6412000045921

Laatikon EAN-koodi:

6412002045929

Paino: 3 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**

1 / 2

Pakkaus: Muovikulho

Ruokavali: Gluteeniton, Laktoositon, Kananmunaton, Maitoproteiiniton, Kasvis (lakto-ovo), Vegaani

Energiamäärä/100g: 90 kcal**Suvisalaatti 3 kg**

18,90 €

Kaali, porkkana, ananas, vesi, rapsiöljy, sitruunamehu, sokeri, valkoviinietikka, säilöntäaine (E 202), jodioitu suola.

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 3535**K** 20026570**M** 44203**T** 0652479**HT** 8012714**EAN/pakkaus:**

6412000035359

EAN/myyntierä:

Ruokavali: Maitoproteiiniton, Kananmunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon, Gluteeniton

Energiamäärä/100g: 80 kcal

6412000035359

Laatikon EAN-koodi:

6412002035357

Paino: 3 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**

1 / 2

Pakkaus: Muovikulho**Tomaattisalsa, tuore 2 kg**

12,90 €

Tomaatti 80 %, sokeri, vesi, etikka, rapsiöljy, sipuli, muunnettu perunatärkkelys, jodioitu suola, mustapippuri, ruohosipuli, basilika, aromit (**sinapinsiemen**), hapettumisenestoaine (E 300), säilöntäaine (E 202), sakeuttamisaine (E 415).

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 4531**K** 20416481**M** 44225**T** 0484535**HT** 484535**EAN/pakkaus:**

6412000045310

EAN/myyntierä:

6412000045310

Laatikon EAN-koodi:

6412002045318

Paino: 2 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**

1 / 4

Pakkaus: Muovikulho**Ruokavali:** Maitoproteiiniton, Kanamunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon, Gluteeniton**Energiamäärä/100g:** 60 kcal**RUOKA, SALAATIT JA TÄYTTEET,
MAJONEESISALAATIT****Hieno Metsäsienisalaatti 2 kg**

26,90 €

Säilötty metsäsieni 53 % (osterivinokas, leppärousku, kangasrousku), majoneesi (vesi, rapsiöljy, sokeri, etikka, **kanamunankeltuainen**, jodioitu suola, muunnettu maissitärkkelys, **sinapinsiemen**, sakeuttamisaineet E 412, E 415, säilöntäaine E 202, valkopippuri), sipuli.

Ruokavali: Gluteeniton, Laktoositon, Maitoproteiiniton, Kasvis (lakto-ovo)**Energiamäärä/100g:** 160 kcal**Tuotenumero:** 4547**K** 20015558**M** 44216

T 0459552

HT 459552

EAN/pakkaus:
6412000045471**EAN/myyntierä:**
6412000045471**Laatikon EAN-koodi:**
6412002045479**Paino:** 2 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**
1 / 4**Pakkaus:** Muovikulho**Hieno Punajuurisalaatti 2 kg**

12,90 €

Säilötty punajuuri 68 %, vesi, smetana (laktoositon hapatettu kerma), rapsiöljy, sokeri, etikka, **sinapinsiemen**, muunnettu maissitärkkelys, jodioitu suola, sakeuttamisaineet (E 412, E 415), säilöntäaineet (E 202, E 211), aromi.

Vähemmän suolaa

Ruokavalió: Kanamunaton, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon, Gluteeniton**Energiamäärä/100g:** 130 kcal**Tuotenumero:** 4519

K 21218262

M 4519

T 0588152

HT 8042386

EAN/pakkaus:
6412000045198**EAN/myyntierä:**
6412000045198**Laatikon EAN-koodi:**
6412001045197**Paino:** 2 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**
1 / 4**Pakkaus:** Muovikulho**Maalaisperunasalaatti 2 kg**

12,90 €

Peruna 71 %, rapsiöljy, vesi, sipuli, laktoositon **jogurtti** 5 %, sokeri, etikka, jodioitu suola, **kanamunankeltuainen**, muunnettu maissitärkkelys, mausteet (**sinapinsiemen**, valkopippuri, ruohosipuli), happamuudensäätöaine (E 270), säilöntäaine (E 202), sakeuttamisaine (E 415), aromi, väri (E 160a).

Ruokavalió: Gluteeniton, Laktoositon, Kasvis (lakto-ovo)**Energiamäärä/100g:** 130 kcal**Tuotenumero:** 4527

K 21332414

M 4527

T 0882480

EAN/pakkaus:
6412000045273

EAN/myyntierä:
6412000045273

Laatikon EAN-koodi:
6412002045271

Paino: 2 kg

Myyntierä / Täysi laatikko:
1 / 4

Pakkaus: Muovikulho



Punajuurisalaatti 3 kg

13,90 €

Majoneesi (rapsiöljy, vesi, sokeri, etikka, **kananmunankeltuainen**, muunnettu maissitärkkelys, jodioitu suola, **sinapinsiemen**, valkopippuri, säilöntäaineet E 202, E 211, sakeuttamisaine E 415), säilötty punajuuri 31 % (aromi), peruna.

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 4518

K 20015556

M 44213

T 0077412

HT 8036766

EAN/pakkaus:
6412000045181

EAN/myyntierä:
6412000045181

Laatikon EAN-koodi:
6412002045189

Paino: 3 kg

Myyntierä / Täysi laatikko:
1 / 2

Pakkaus: Muovikulho

Ruokavalio: Gluteeniton, Laktoositon, Maitoproteiiniton, Kasvis (lakto-ovo)

Energiamäärä/100g: 160 kcal

RUOKA, SALAATIT JA TÄYTTEET, RUOKASALAATTI

Couscoussalaatti 1,5 kg

11,90 €

Couscous 65 % (**vehnä**), sitruunavinegretti 10 % (rapsiöljy, jodioitu suola, sokeri, minttu, kurkuma, basilika, sitruunatäysmehutiiviste, happamuudensäätöaine E 270, säilöntäaine E 202, aromi), paprika, linssi, porkkana, sipuli.

Ruokavalio: Maitoproteiiniton, Kananmunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon

Energiamäärä/100g: 200 kcal

**Tuotenumero:** 4512**K** 21418545**M** 44227**T** 2107779**EAN/pakkaus:**
6412000045129**EAN/myyntierä:**
6412000045129**Laatikon EAN-koodi:**
6412002045127**Paino:** 1,5 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**
1 / 4**Pakkaus:** Muovikulho

Nuudelisalaatti 2 kg

Nuudeli 40 % (vehnä, kananmuna), kastike (vesi, rapsiöljy, sokeri, etikka, jodioitu suola, mausteet mm. valkosipuli, chili, valkopippuri, muunnettu maissitärkkelys, limetäysmehu, sakeuttamisaine E 415, säilöntäaine E 202, aromi), porkkana, soijapapu, ananas, paprika.

Ruokavali: Laktoositon, Maitoproteiiniton, Kasvis (lakto-ovo)
Energiamäärä/100g: 130 kcal**Tuotenumero:** 4511**K** 21332413**M** 4511**T** 0882357**EAN/pakkaus:**
6412000045112**EAN/myyntierä:**
6412000045112**Laatikon EAN-koodi:**
6412002045110**Paino:** 2 kg**Myyntierä / Täysi laatikko:**
1 / 4**Pakkaus:** Muovikulho

13,90 €



Salaattipohja, pasta 2 kg

12,90 €

Pasta (vehnä) 42 %, tuore kurkku, ananas, paprika, rapsiöljy, sokeri, vesi, etikka, jodioitu suola, mustapippuri, säilöntäaine (E 202), sakeuttamisaine (E 415), väri (E 100).

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 3548

K 20817375

M 3548

T 0983817

HT 8018235

EAN/pakkaus:
6412000035489

EAN/myyntierä:
6412000035489

Laatikon EAN-koodi:
6412002035487

Paino: 2 kg

Myyntierä / Täysi laatikko:
1 / 4

Pakkaus: Muovikulho

Ruokavali: Maitoproteiiniton, Kananmunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon

Energiamäärä/100g: 150 kcal



Täysjyvä-papusalaatti 2 kg

14,90 €

Täysjyvät 30 % (kaura, vehnä, ruis, ohra), soijapapu 20 %, kidneypapu 16 %, siirappi, Pimiento -paprika, härkäpapu 6 %, vesi, rapsiöljy, punaviinietikka, korianteri, jodioitu suola, juustokumina, sakeuttamisaine (E 415), säilöntäaine (E 202).

Vähemmän suolaa.

Tuotenumero: 4515

K 21447422

M 44228

T 2130839

EAN/pakkaus:
6412000045150

EAN/myyntierä:
6412000045150

Laatikon EAN-koodi:
6412002045158

Paino: 2 kg

Myyntierä / Täysi laatikko:
1 / 4

Pakkaus: Muovikulho

Ruokavali: Maitoproteiiniton, Kananmunaton, Vegaani, Kasvis (lakto-ovo), Laktoositon

Energiamäärä/100g: 180 kcal



Täysjyväpastasalaatti juustolla

3 kg

21,90 €

Täysjyväpasta 55 % (vehnä), ananas, maissi, kurkku, sokeri, rapsiöljy, laktoositon juusto 4 %, porkkana, paprika, etikka, mango, jodioitu suola, mausteet (mm. sinapinsiemen, korianteri, inkivääri, mustapippuri, chili, ruohosipuli), sakeuttamisaine (E 412), säilöntäaine (E 202), happamuudensäätöaine (E 270).

Vähemmän suolaa

Tuotenumero: 4514

K 21385265

M 4514

T 2107787

EAN/pakkaus:

6412000045143

EAN/myyntierä:

6412000045143

Laatikon EAN-koodi:

6412002045141

Paino: 3 kg

Myyntierä / Täysl laatikko:

1 / 2

Pakkaus: Muovikulho

Ruokavali: Laktoositon, Kananmunaton, Kasvis (lakto-ovo)

Energiamäärä/100g: 160 kcal