



Sac de 3 kg
Aux carottes, petits pois et brocolis

Le blé aux légumes apporte des nutriments essentiels à une alimentation équilibrée.

- + Source de vitamine B3**
qui est essentielle à une bonne utilisation des réserves énergétiques de notre organisme.
- + Source de fibres**
qui facilitent le transit intestinal.
- + Source de protéines**
qui sont nécessaires à la croissance.
- + Pauvre en matières grasses**
qui permet de diminuer l'apport calorique des menus.

Idéal pour tous.

Grâce à sa teneur en vitamines, fibres et protéines, le blé aux légumes répond parfaitement aux besoins des enfants.



+ ÉQUILIBRE & NUTRITION

+ LISTE DES INGRÉDIENTS

Blé dur précuit, légumes 12% (brocoli, carotte, petit pois), antioxydant : extrait de romarin. Transformé en Italie.

+ VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES

- Pour 100 g de blé cru

- Valeur énergétique : 1 364 kJ soit 321 kcal
- Protéines : 15 g
- Glucides : 61 g dont sucres 6,7 g
- Lipides : 1,9 g dont acides gras saturés 0,40 g
- Fibres alimentaires : 9,1 g
- Sodium : 0,07 g / équivalent en sel 0,18 g
- Vitamine B3 : 6,9 mg soit 38% des AJR*

- Pour 160 g de produit cuit (équivalent à 60 g de blé cru)

- Valeur énergétique : 803 kJ soit 189 kcal
- Protéines : 9,0 g
- Glucides : 35 g dont sucres 2,0 g
- Lipides : 1,4 g dont acides gras saturés 0,30 g
- Fibres alimentaires : 5,9 g
- Sodium : 0,04 g / équivalent en sel 0,10 g
- Vitamine B3 : 3,4 mg soit 19% des AJR*

* AJR = Apports Journaliers Recommandés

+ DLUO & CONDITIONS DE CONSERVATION

- DLUO : 15 mois dans un emballage non ouvert

+ TEMPS DE CUISSON & RENDEMENT

FLUX TENDU

	FLUX TENDU		
	Ferme	Tendre	Fondant
Cuisson	10 mn	12 mn	15 mn
Rendement	2,27	2,45	2,66
Densité	0,75	0,76	0,79

* Densité = poids équivalent à 1L d'eau

60 g de blé précuit cru = 160 g de blé cuit environ, soit un rendement de 2,7

+ DONNÉES TECHNIQUES & LOGISTIQUES

Désignation Code produit	Palettisation					
	Poids en gr	Nb articles/carton	Cartons /couche	Nb couches	Cartons /palette	Poids en Kg /palette
Blé lég. - BW80	3000	4	10	3	30	360

