

Dagsetning: 10.08.2018

Ábyrgð: Ólöf Helga Jónsdóttir, næringarfræðingur



LASAGNA

Innihaldsefni:

Maukaðir tómatar, nautahakk 22%, lasagna plötur (durum **hveiti**, **hveiti**, vatn, **egg**), sósa (vatn, ostasósa (**ostamysa**, vatn, hert og óhert **sojabauaolía**, cheddar ostur (**mjólk**, mjólkursýrugerlar salt, ensím), umbreytt maísterkja, þráavarnarefni (E339, E330, E338), salt, gerþykkni, edik, bindiefni (E471, E452), litarefni (E160b, E160c, E160a), sýrustillar (E524), bragðefni), rjómalíki (**áfir**, hert og óhert pálmaolía, **rjómi**, ýruefni (E472b, E475, E435, E471, E433), bindiefni (E410, E407), D vítamín, salt, litarefni (E160a)), **hveiti**, repjuolía, hvítlauksolía (repjuolía, hvítlaukur, steinselja), salt, svartur pipar), laukur, paprika, kotasæla (**undanrenna**, **rjómi**, salt, mjólkursýrugerlar, rotvarnarefni (E202), ostahleypir), tómatoþurrar (tómatar, salt), hvítlauksolía (repjuolía, hvítlaukur, steinselja), arómat (salt, bragðaukandi efni (E621), **mjólkursykur**, laukduft, túrmerik, hvítlaukur, krydd (**soja**), pálmafiti, kekkjavarnarefni (E551), bragðefni (**sellerí**)), salt, oregano, chili duft, svartur pipar.

Næringargildi í 100 g:

Orka	485 kJ/115 kkal
Fita	4,4 g
þar af mettuð fita	1,9 g
Kolvetni	10 g
þar af sykurttegundir	2,3 g
Prótein	8,3 g
Salt	0,6 g

Orka 485 kJ/115 kkal. Fita 4,4 g - þar af mettuð fita 1,9 g. Kolvetni 10 g – þar af sykurttegundir 2,3 g. Prótein 8,3 g. Salt 0,6 g.