

JANES

Services alimentaires

Goberge - panure multigrain unique. Toute la saveur sans le gras. Faible en gras saturés, sans acides gras trans.



Caractéristiques

- Une panure multigrain unique et savoureuse
- Bonnes portions
- Portions uniformes

Avantages

- Sans gras trans, faible en gras saturés, source de polyinsaturés omega-3, source de fer
- Remplit bien l'assiette
- Excellent contrôle des portions et du coût

Suggestions de présentations

Servir avec une variété de pommes de terre, accompagnés d'un ou deux légumes colorés. Le riz pilaf est aussi un excellent choix ainsi qu'une sauce relevée au citron et aneth, aux agrumes ou tartare.

Mode de cuisson

Cuire dans un four préchauffé à 425° F (220°C) pendant 10 minutes. Retourner et cuire 10 minutes additionnelles.

Valeur nutritive

Par 100 g	
Teneur	
Calories	154.0
Lipides	3.8 g
	Saturés 0.4 g
	+trans 0.1 g
Polyinsaturés	n/a g
	Oméga-6 n/a g
	Oméga-3 0.4 g
	Monoinsaturés n/a g
Cholestérol	27.7 mg
Sodium	422.0 mg
Glucides	18.1 g
	Fibres alimentaires 0.9 g
	Sucres 2.9 g
Protéines	11.8 g
Vitamine A	<1 RE
Vitamine C	<0.5 mg
Calcium	28.3 mg
Fer	1.1 mg

Nov 21/08

Ingrédients

Goberge dans une chapelure de : chapelure de blé grillée, eau, huile de canola, maltodextrine, amidon de maïs modifié, flocons d'avoine, flocons de seigle, quinoa, farine de blé, gluten de blé, poudre de blanc d'oeuf, protéines lactières hydrolysées, sel de mer, poudre d'oignon, poudre d'ail, sucre, extrait sec de jus de citron, sel, arôme (avec lécithine de soya), épices, mono et diglycérides, dextrose, gomme de guar.

Allergènes

Blé, oeufs, lait, soya

Avantages pour la santé

0 gras trans
Faible en gras saturés
Source de polyinsaturés omega-3
Source de fer

Spécifications

SCC	100 69299 24200 0	Caisse (cm) (L x L x H)	37.3 x 27.8 x 11.1
Format caisse	2 x 2 kg = 4 kg	Vol. cu. caisse (cm)	11,510
Poids moyen d'un morceau	(78-106 g) (2.75-3.75 on)	Palette (rangs/haut)	10 / 9 = 90
Nbre. moyen de morceaux	43		

Créez des menus plus facilement que jamais

