



Produit #24900

Filets de goberge croustillants

Notre goberge à cuire au four est enrobé d'une délicieuse panure légère et crouillante qui dore au four. Apparence «maison» toute naturelle inégalée en saveur.



Caractéristiques

- Apparence de «cuisine maison»
- Bonne assiettée
- Temps de cuisson uniforme

Avantages

- Appétissant et alléchant
- Rentable
- Préparation et service faciles

Suggestions de présentations

Les filets de goberge panés de Janes sont excellents au lunch ou comme entrée. Ils sont aussi parfaits pour les centres d'hébergement, les centres de santé, résidences, centres de la petite enfance ou cafétérias.

Mode de cuisson

Cuire dans un four préchauffé à 400° F pendant 17-20 minutes, en les retournant une fois.

Valeur nutritive

Par 100 g	
Teneur	
Calories	212.0
Lipides	11.7 g
Saturés	1.0 g
+trans	0.1 g
Polyinsaturés	4.4 g
Oméga-6	2.9 g
Oméga-3	1.5 g
Monoinsaturés	8.9 g
Cholestérol	31.0 mg
Sodium	380.0 mg
Potassium	
Glucides	15.4 g
Fibres alimentaires	0.8 g
Sucres	0.5 g
Amidon	
Protéines	11.1 g
Vitamine A	0.0 RE
Vitamine C	0.0 mg
Calcium	25.0 mg
Fer	1.0 mg

Nov 21/08

Ingrédients

Filets de goberge dans une panure de: chapelure (farine de blé enrichie (acide nicotinique, fer réduit, mononitrate de thiamine, riboflavine, acide folique), haute fructose de sirop de maïs, shortening d'huile végétale (soya), sel, levure, vinaigre, propionate de calcium (comme préservative), extrait d'épices, traitements à pâte (acide ascorbique azodicarbonamide), bht (comme préservative)), eau, amidon de maïs, farine de maïs jaune, farine de blé enrichie (acide nicotinique, fer réduit, mononitrate de thiamine, riboflavine, acide folique), sel, sucre, lactosérum, levain (phosphate d'aluminium et sodium, bicarbonate de sodium), gomme de guar. Panure rissolée dans de l'huile végétale pure (huile de canola).

Allergènes

Blé, soya, lait

Avantages pour la santé

Faible en gras saturés
Source de fer
Source de polyinsaturés oméga-3
Source de polyinsaturés oméga-6

Spécifications

SCC	100 69299 24900 9	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	85-113 g / 3-4 on	Palette (rangs/haut)	10 / 9 = 90
Nbre. moyen de morceaux	40		



Créez des menus plus facilement que jamais