



## Hvit fisk med grønnsaker og saus, 295g

Hvit fisk med gulrot, brokkoli, potetmos og smørsaus. Spesialtilpasset mat som anvendes for personer med tygge- og svelgevansker. Sooft Meals er et næringsmiddel til spesielle medisinske formål til kostbehandling av sykdomsrelatert underernæring ved dysfagi. Energi- og proteinrik. Spises som et ferdig tilberedt hovedmåltid og kan inngå i en ekstra energi- og næringstett kost. Glutenfri. Det er enkelt å integrere Sooft Meals i kjøkkenets rutiner, samtidig som de er lette å håndtere. Les mer om Sooft Meals på <https://vitalernaering.no/moset-mat-sooft-meals/>

Varenummer: | EPD-nummer: 5628680 | GTIN: 87026762050007



### INFORMASJONSEIER:

Vital Ernæring AS

### PRODUSENT:

Vital Ernæring

### VAREMERKE:

Sooft Meals

### Vil du vite mer om produktet?

Ta kontakt på:

+47 924 02 487

[heidi.brunner@vitalernaering.no](mailto:heidi.brunner@vitalernaering.no)

[sooftmeals.no](https://sooftmeals.no)

7 produkter i databasen

Se flere produkter  
fra Sooft Meals

## Ingredienser

Produktet består av smør saus 34 %, hvitfiskmos 17 %, brokkolimos 17 %, gulrotmos 17 % og potetmos 15 %.

Vann, QimiQ **fløte**base, potetmos, brokkoli, gulrot, hvit **fisk** (Alaska Pollock), vegetabilsk olje, kremost (hel**melk**, **fløte**, salt, stabilisator: E410 og E412), salt, stabilisator: johannesbrødkjernemel og guarkjernemel, maltodekstrin, **eggehvite**, **soyaprotein**, emulgator: rapslecitin, løk, sitronsaft, aroma, gjærekstrakt, laktose (fra **kumelk**), sukker, **eggeplomme**, **melkeprotein**, modifisert stivelse, palmeolje, surhetsregulerende middel: natriumacetat, sitronsyre, melkesyre (fra **kumelk**), krydder, glukose, tapiokastivelse, vann, **fløte**.

## Allergener

Allergen	Ja	Nei
Gluten		●
Skalldyr		●
Egg	●	
Fisk	●	
Peanøtter		●
Soya	●	
Melk	●	
Nøtter		●
Selleri		●
Sennep		●
Sesamfrø		●
Svoveldioksid eller sulfitter		●
Lupin		●
Bløtdyr		●

● Ja = ingrediensen inngår i oppskriften

● Nei = produktet inneholder ikke spor av det angitte allergenet

Merk at all allergeninformasjon må brukes med varsomhet og kun forstås som veiledende.

Den som tilbereder/serverer mat til en allergiker må alltid lese varens/pakningens ingrediensliste nøye.

## Næringsinnhold

Pr. 100 gram.

Energi	570 kJ/ 136 kcal
Fett	7,80 g
hvorav	
- Mettede fettsyrer	2,80 g
- Enumettede fettsyrer	2,60 g
hvorav	
- Flerumettede fettsyrer	1,10 g
Karbohydrat	9,60 g
hvorav	
- Sukkerarter	3,10 g
Kostfiber	1,20 g
Protein	6,40 g
Salt	0,90 g
Vitamin A	202,03 µg (25% *)
Vitamin D	0,10 µg (2% *)
Vitamin E	0,21 mg (2% *)
Vitamin K	24,58 µg (33% *)
Vitamin C	8,95 mg (11% *)
Tiamin	0,03 mg (3% *)
Riboflavin	0,11 mg (8% *)
Niacin	1,17 mg (7% *)
Vitamin B6	0,05 mg (4% *)
Folat/Folsyre	9,83 µg (5% *)
Vitamin B12	0,19 µg (8% *)
Biotin	1,69 µg (3% *)
Pantotensyre	0,26 mg (4% *)
Kalium	171,19 mg
Klorid	275,08 mg (34% *)
Kalsium	43,22 mg (5% *)
Fosfor	59,83 mg (9% *)
Jern	0,62 mg (4% *)
Magnesium	12,37 mg (3% *)
Sink	0,36 mg (4% *)
Jod	23,39 µg (16% *)
Kopper	50,17 mg (5017% *)
Mangan	0,21 mg (10% *)
Fluorid	0,02 mg (1% *)
* av daglig referanse inntak	

## Produktinformasjon

Opprinnelsesland	Norge
Opphavsland	Norge
Varegruppe	
Varenummer	
EPD-nummer	5628680
GTIN	87026762050007
GTIN2	
GTIN3	
Opprettet dato	08.06.2016
Oppdatert dato	14.10.2020

## Oppbevaring

Temperatur, min	-22 grader (C)
Temperatur, max.	-18 grader (C)
Holdbarhet, total	730 dager
Holdbarhet, min. antall dager fra levering til sluttbruker/kjøkken	50 dager
Lagringsgrad	
Holdbarhet etter åpning (kjøl og frysevarer)	<i>Ikke oppgitt</i>
Holdbarhet etter tining (fryste varer)	<i>Ikke oppgitt</i>

## Tilberedning

Tilberedes i mikrobølgeovn	Oppvarming i mikrobølgeovn 1. Stikk et lite hull i lokket. 2. Varmes på 750W i 2 minutter. 3. Riv av toppfilmen. 4. Legg maten over på tallerken. 5. Rør sausen godt sammen i pakken før den helles rundt maten.
Spiseklar	Oppvarming i vannbad 1. Kok opp vann i en kjele som er litt bredere enn pakke. 2. Legg pakken i vannet og la småkoke i ca. 15 min. 3. Ved hjelp av f. eks. en fiskesleiv løftes pakken ut av vannet. 4. Riv av toppfilmen. 5. Legg maten over på tallerken. 6. Rør sausen godt sammen i pakken før den helles rundt maten.