

LASAÑA CON PASTA INTEGRAL, PAVO, POLLO Y VERDURITAS



INGREDIENTES

Relleno (40%): tomate (34,5%), carne de ave (pollo y/o pavo) (10,5%), cebolla (10%), agua, champiñón (5,5%), pimiento rojo (5%), pechuga de pavo (5%), aceite de girasol, puerro (3,5%), calabacín (3,5%), zanahoria (3,5%), pimiento verde (3%), vino, almidón modificado, sal, azúcar, especias, caldo deshidratado de pollo y aroma (contiene **leche**). (Porcentajes calculados en base al relleno).

Salsa bechamel (37%): **leche** desnatada en polvo reconstituida, harina de **trigo**, almidón modificado, almidón, margarina [grasa de palma, aceite de girasol, agua, sal, emulgente (E 471), acidulante (ácido cítrico), aromas], sal y especias.

Pasta alimenticia integral (21%): sémola y harina integral de **trigo** desgerminado y agua.

Queso (2%). Consultar **trazas de alérgenos**.

ALÉRGENOS

Contiene: gluten y leche.

Este producto ha sido elaborado en una fábrica que emplea: **huevo, soja, pescado, crustáceos, moluscos, frutos de cáscara, apio y mostaza**.

PREPARACIÓN

No es necesario descongelar.

Microondas: Retirar el envoltorio de plástico y calentar a máxima potencia (800W) durante 6-7 minutos.

Horno: Precalentar el horno hasta llegar a 200°C. Retirar el envoltorio de plástico y colocar la bandeja en el horno a media altura. Calentar durante 45-50 minutos. Para gratinar cambiar el fuego del horno a grill a 200°C.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Información nutricional media	100 g	% IR*
Valor energético (kJ/kcal)	488/116	16%
Grasas (g)	3,9	15%
de las cuales saturadas (g)	1,2	16%
Hidratos de carbono (g)	14	14%
de los cuales azúcares (g)	4,1	12%
Fibra alimentaria (g)	1,5	-
Proteínas (g)	5,9	32%
Sal (g)	0,75	13%

IR*: Ingesta de referencia de un adulto medio (8400 kJ/2000 kcal)