



e 220g

DA15605

Mindestens
 haltbar bis:
 siehe Deckelrand



Reisgericht mit Gemüse und Alaska-Seelachs

Zutaten: Gemüse 34%, (Karotten, Lauch, Zwiebeln), Wasser, Reis gekocht 18%, Alaska-Seelachs 8,7%, Sahne, Reisstärke, Rapsöl 0,8%, Zitronensaft aus Zitronensaftkonzentrat, jodiertes Speisesalz, Gewürze.

Fischanteil: 19,1 g

Hinweis: Glutenfrei.

Gehalt

	in 100 g	in 220 g (1 Portion)
Energie kJ/kcal	245/58	537/128
Fett	1,7 g	3,7 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,6 g	1,3 g
- einfach ungesättigte Fettsäuren	0,8 g	1,7 g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	0,3 g	0,7 g
Kohlenhydrate	8,0 g	17,6 g
- davon Zucker	1,8 g	4,0 g
Ballaststoffe	1,1 g	2,4 g
Eiweiß	2,2 g	4,8 g
Salz	0,23 g	0,50 g
Natrium	0,09 g	0,20 g
Jod	14 µg	31 µg
(= % des Tagesbedarfs gemäß Referenzwert)	(20)	(44)
Alpha-Linolensäure	0,07 g	0,15 g

ab
8.
 Monat

Bebivita
 MIT DEN BAUSTEINEN FÜRS LEBEN

**+
 JOD**

Wichtig für die
 Schilddrüsen-
 funktion

Bebivita
 MIT DEN BAUSTEINEN FÜRS LEBEN

Mein Risotto

Gemüse mit Alaska- Seelachs



- ✓ salzarm - für milden, natürlichen Geschmack
- ✓ Alpha-Linolensäure (ALA), eine Omega-3-Fettsäure, trägt zur Entwicklung von Gehirn- und Nervenzellen bei
- ✓ feinstückig - wichtig fürs Kauenlernen
- ✓ **OHNE** Zusatz von Aromen, **OHNE** Zusatz von Farb-* und Konservierungsstoffen*

*lt. Gesetz

Komplettmahlzeit. Geöffnetes Glas oder benötigte Teilmenge im Wasserbad oder in der Mikrowelle erwärmen, umrühren und Temperatur kontrollieren. Nicht erwärmten Rest verschlossen im Kühlschrank aufbewahren und am nächsten Tag verwenden. Zur Verbesserung der Eisenaufnahme empfehlen wir zum Nachtisch Vitamin C-reiche Früchte. Bitte Plastiklöffel verwenden und prüfen, ob das Glas unbeschädigt ist.

Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise.