

OUMPH TACO

INNIHALD & NÆRINGARGILDI

Oumph →

Taco →

Blandað salat →

Pikklaður rauðlaukur →

Nachos →

Vegan hvítlaukssósa →

Salsa sósa →



**ELDA
BUSKAN**

Við framleiða matinn í opnu eldhúsi.
Matvæli gætu innihaldið snefil magn af hnetum

OUMPH

INNIHALD

oumph (vatn, **SOJARÓTEINPYKKNI** (27%), repjuolía, salt, maltódextrín, dextrósi, hvítlaukur (0,8%), laukur, timian (0,4%), gerþykkni, svartur pipar, krydd, sýrustillir (sítónusýra)), BBQ sósa (95%) (vatn, edik, frúktósaríkt maíssíróp, tómatm auk, sykur, salt, umbreytt kartöflusterkja, **SINNEPSFRÆ**, náttúrulegt reykbragðefni, paprika, lítarefni (E150a, E160c), krydd, hvítlauksduft, rotvarnarefni (E202), **SINNEPSMJÖL**, laukduft, chilipipar), **SESAMOLÍA**, hvítlaukur

NÆRINGARGILDI Í 100G

Orka	539 kJ
	128 kkal
Fita	3,6 g
<i>Þar af mettuð</i>	0,4 g
Kolvetni	10,1 g
<i>Þar af sykurtegundir</i>	7,9 g
Trefjar	3,7g
Prótein	12 g
Salt	2,1 g



**ELDA
BUSKAN**

TACO

INNIHALD

Umbreytt **HVEITI** (**HVEITI**, kalk, járn, níasín, thíamín), vatn, grænmetisólíur (pálmaolía, repjuolía), sykur, lyftiefni (natríumkarbónat, dífosföt), sýrustillir (edíksýra), bindiefni (Natríumkarboxýmetylsellulósi, sellulósagúmmí), salt)

NÆRINGARGILDI Í 100G

Orka	1256 kJ
	298 kkal
Fita	5,6 g
<i>Þar af mettuð</i>	2,2 g
Kolvetni	52,5 g
<i>Þar af sykurtegundir</i>	3,9 g
Trefjar	2,8 g
Prótein	7,9 g
Salt	0,8 g



**ELDA
BUSKAN**

Við framleiða matinn í opnu eldhúsi.
Matvæli gætu innihaldið snefil magn af hnetum

BLANDAÐ SALAT

INNIHALD

blaðsalat, agúrka, mangó, kirsuberjatómatar

NÆRINGARGILDI Í 100G

Orka	131 kJ
	31 kkal
Fita	0,28 g
<i>Þar af mettuð</i>	0,05 g
Kolvetni	5,51 g
<i>Þar af sykurttegundir</i>	5,28 g
Trefjar	1,50 g
Prótein	0,85 g
Salt	0,01 g



**ELDA
BUSKAN**

Við framleiða matinn í opnu eldhúsi.
Matvæli gætu innihaldið snefil magn af hnetum

PIKKLAÐUR RAUÐLAUKUR

INNIHALD

rauðlaukur, vatn, eplaedik (eplaedik þynnt út með vatni í 6% sýrustig), sykur

NÆRINGARGILDI Í 100G

Orka	224 kJ
	53 kkal
Fita	<0,5 g
<i>Þar af mettuð</i>	<0,5 g
Kolvetni	11 g
<i>Þar af sykurtegundir</i>	6,9 g
Trefjar	1,8 g
Prótein	1,1 g
Salt	<0,5 g



**ELDA
BUSKAN**

Við framleiða matinn í opnu eldhúsi.
Matvæli gætu innihaldið snefil magn af hnetum

NACHOS

INNIHALD

nachos (maísmjöl 74,3%, sólblómaolía, salt

NÆRINGARGILDI Í 100G

Orka	2024 kJ
	484 kkal
Fita	25,9 g
<i>Þar af mettuð</i>	2,4 g
Kolvetni	56,5 g
<i>Þar af sykurttegundir</i>	1,5 g
Trefjar	<0,5 g
Prótein	6,2 g
Salt	1,2 g



**ELDA
BUSKAN**

Við framleiða matinn í opnu eldhúsi.
Matvæli gætu innihaldið snefil magn af hnetum

VEGAN HVÍTLAUKSSÓSA

INNIHALD

majones (repjuolía, vatn, sykur, umbreytt kartöflusterkja, salt, rotvarnarefni (E260, E202, E211), **SINNEP**(vatn, edik, sykur, **SINNEPSDUFT**, salt, krydd, piparbragðefni, rotvarnarefni (E202, E211)), **SINNEPSDUFT**, bindiefni (E415), krydd, sýra (E330), litarefni (E160a)), vatn, sykur, salt, piparblanda (svartur pipar, **SINNEP**, laukur, paprika, **SELLERÍFRÆ**, hvítlaukur), oregano

NÆRINGARGILDI Í 100G

Orka	1791 kJ
	433 kkal
Fita	41,06 g
<i>Þar af mettuð</i>	2,74 g
Kolvetni	14,80 g
<i>Þar af sykurtegundir</i>	9,50g
Trefjar	0 g
Prótein	1,19g
Salt	6,67 g



**ELDA
BUSKAN**

Við framleiða matinn í opnu eldhúsi.
Matvæli gætu innihaldið snefil magn af hnetum

SALSA SÓSA

INNIHALD

tómatar, kirsuberjatómatar, laukur, hvítlaukur, sykur, grænmeti 72% (paprika, rauðlaukur, tómatar), jurtir 26% (vorlaukur, kórínader, hvítlaukur, chili), sólblómaolía 2%, grænmetiskraftur (jöðbætt salt, krydd (**SOJA**), bragðaukandi efni (E621, E635), pálmafeiti (hert að hluta), sólblómaolía, þurrkað grænmeti (gulrótasafaykkni, gulrætur, blaðlaukur, tómatar, hvítlaukur, laukur), gerextrakt, krydd (turmerik, skessujurt, hvítur pipar, steinselja), bragðefni (**SELLERÍ**)), oregano, sítrónusafi (sýrustillir: sítrónusýra), eplaedik (eplaedik þynnt út með vatni í 6% sýrustig), cumin, salt, hvítur pipar

NÆRINGARGILDI Í 100G

Orka	236 kJ
	56 kkal
Fita	0,5 g
<i>Þar af mettuð</i>	<0,5 g
Kolvetni	10 g
<i>Þar af sykurtegundir</i>	5,5g
Trefjar	1,5 g
Prótein	2,1g
Salt	0,8 g



**ELDA
BUSKAN**

Við framleiða matinn í opnu eldhúsi.
Matvæli gætu innihaldið snefil magn af hnetum