

Hummus

Zutaten: Kichererbsen (EU) (43%)*, **Sesam** , Zitronensaft*, Knoblauch, Salz, schwarzer Sesam. *Produkte aus biologischem Anbau

In einer Gemeinschaftsküche zubereitete Mahlzeiten, in denen Gluten, Erdnüsse, Soja, Milch, Nüsse, Sellerie, Senf, Sesam, Sulfid und Lupine verwendet werden können.

Nährwerte

	Pro 100g	Regulär 60 g	Groß 180g
Energie / Energie (Kcal)/(KJ)	502 (2102)	301 (1261)	904 (3784)
Fett / Matière grasse	25.3	15.2	45,5
Protein / Proteine	23.1	13.9	41,6
Kohlenhydrate / Glucide	45,5	27.3	81,9
Salz / Sel	3	1.8	5.4

Ingrédients: Pois chiches (EU) (43%)*, **sésame**, jus de citron*, ail, sel, sésame noir.

*Produit issu de l'agriculture biologique

Plats confectionnés dans une cuisine partagée qui peut utiliser: gluten, soja, lait, fruits à coques, céleri, moutarde, sésame, sulfite, lupin

Valeurs nutritionnelles

	Par 100g	Régulier 60g	Grand 180g
Énergie / Énergie (Kcal)/(KJ)	502 (2102)	301 (1261)	904 (3784)
Graisse / Matière grasse	25.3	15.2	45,5
Protéine / Protéines	23.1	13.9	41,6
Glucides/Glucides	45,5	27.3	81,9
Sel / Sel	3	1.8	5.4

Ingredients: Chickpea (EU) (43%)*, **sesame**, lemon juice*, garlic, salt, black sesame.

*Products organically grown

Meals made in a shared kitchen that can use: gluten, peanuts, soy, milk, nuts, celery, mustard, sesame, sulfite, lupin.

Nutritional values

	Per 100g	Regular 60g	Large 180g
Energy / Energie (Kcal)/(KJ)	502 (2102)	301 (1261)	904 (3784)
Fat / Matière grasse	25.3	15.2	45.5
Protein / Protéines	23.1	13.9	41.6
Carbohydrate / Glucides	45.5	27.3	81.9
Salt / Sel	3	1.8	5.4