

(DE) **Kartoffeltopf mit Röstzwiebeln**

**Zutaten:** Röstzwiebeln 23% (enthält **Gluten**), Kartoffel 23%, Favabohne, Sonnenblumenölpulver (enthält **Milch**, E551), Würzmischung (enthält **Sellerie**), **Molkeneiweißkonzentrat**, Karotten, Mais, modifizierte Stärke, Kartoffelmehl, Hefeextrakt, Petersilie, Salz, Pfeffer, Zitronensäure, Paprikapulver, Kümmel, Knoblauchpulver, Ingwer, natürliches Aroma. **Zubereitung:** Kochendes Wasser bis zu 8,5 cm auf der Skala (490 ml) direkt in den Beutel gießen, sorgfältig umrühren, Beutel verschließen und 8 Min. ziehen lassen. **Allergene: Glutenhaltig, Milch, Sellerie**

(FR) **Poêlée de pommes de terre aux oignons frits**

**Ingédients:** Oignons frits 23% (contient du **gluten**), pommes de terre 23%, fèves, huile de tournesol en poudre (contient du **lait**, E551), mélange de condiments (contient du **céleri**), concentré de protéines de **lactosérum**, carottes, maïs, amidon modifié, fécule de pommes de terre, extrait de levure, persil, sel, poivre, acide citrique, poudre de paprika, cumin, poudre d'ail, gingembre, arôme naturel. **Préparation:** Verser de l'eau bouillante jusqu'au trait 8,5 cm de l'échelle (490 ml) directement dans le sachet, puis remuer délicatement, refermer le sachet et laisser reposer 8 minutes. **Allergènes: gluten, lait, céleri**

(EN) **Potato Stew with Fried Onions**

**Ingredients:** roasted onions 23% (contains **gluten**), potatoes 23%, fava beans, sunf oil powder (contains **milk**, E551), seasoning (contains **celeric**), **wehy** protein concentrate, carrots, sweet corn, modified starch, potato flour, yeast extract, parsley, salt, pepper, citric acid, paprika powder, caraway, garlic powder, ginger, natural flavouring. **Directions:** Pour boiling water directly into the bag up to 8.5 cm on the scale (490 ml), stir thoroughly. Close the bag and let it rest for 8 minutes. **Allergens: contains gluten, milk, celery**

(IT) **Piatto unico di patate con cipolle arrostiti**

**Ingredienti:** cipolle arrostiti 23% (contiene **glutine**), patate 23%, fave, olio di girasole in polvere (contiene **latte**, E551), mix di spezie (contiene **sedano**), proteine del **siero del latte** concentrate, carote, mais, amido modificato, farina di patate, estratto di lievito, prezzemolo, sale, pepe, acido citrico, paprika in polvere, cumino, aglio in polvere, zenzero, aromi naturali. **Preparazione:** Versare acqua bollente nella busta fino a raggiungere gli 8,5 cm indicati (490 ml) e agitare bene. Richiudere la busta e lasciare riposare per 8 minuti. **Allergeni: contiene glutine, latte, sedano**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g Trockenprodukt/Average nutritional values per 100 g dried product/Valeur nutritive moyenne pour 100 g de produit sec/Potere nutritivo medio per 100 g prodotto a secco:

<b>Brennwert/kJ/kcal</b>	1723 / 412	Nettofüllgewicht/Net filling weight/Poids net/Peso netto del ripieno	150 g
<b>Fett/Fat/Lipides/Grasso</b>	16,4 g	Wasserzugabe/Added water/Eau ajoutée/Aggiunta d'acqua	490 ml
- davon gesättigte Fettsäuren/of which saturated fatty acids/ dont acides gras /di cui acidi grassi saturi	5,1 g	Fertige Menge/Ready quantity/Poids total/Quantità preparata	640 g
<b>Kohlenhydrate/Carbohydrates/Glucides/Carboidrati</b>	52,1 g	Zur Expeditionssicherheit unter Schutzatmosphäre abgepackt/Packaged in a protective atmosphere/Conditionné sous atmosphère protectrice/Condizionato in atmosfera protettiva	
- davon Zucker/of which sugar/dont sucres/di cui: zucheri	7,6 g	Mindestens haltbar bis Ende/Best before end/A consommer de préférence avant le/ Da consumare preferibilmente entro fine/ Mindest holdbar til/Vähimmäissäilyvyysaika/ Best før/Minsta hållbarhetstid/ Ten minste holdbaar tot/A consumir de preferencia antes de/A Należy spożyć przed upływem/Minimální trvanlivost/ Minőségét megőrzi / Минимальный срок годности	
<b>Ballaststoffe/Fibre/Fibres alimentaires/Fibra</b>	1,2 g	<b>60 Monate ab Produktionsdatum/ 60 months after production date / 60 mois après la date de production/60 mesi dalla data di produzione</b>	
<b>Eiweiss/Protein/Protéines/Proteina</b>	11,3 g		
<b>Salz/Salt/Sel/Sale</b>	3,8 g		

# TREK 'N EAT

## (NL) Aardappelpotje met gebakken vrien

**Ingrediënten:** gebakken vrien 23% (bevat **gluten**), aardappelen 23%, favabonen, zonnebloemoliepoeder (bevat **melk**, E551), kruidenmix (bevat **selderij**), **weiewitconcentraat**, wortelen, mais, gemodificeerd zetmeel, aardappelmee, gistextract, peterselie, zout, peper, citroenzuur, paprikapoeder, karwijzaad, knoflookpoeder, gember, natuurlijk aroma.

**Bereiding:** Vul de zak met kokend water tot 8,5 cm op de vullijn (490 ml), goed roeren, zak afsluiten en 8 min. laten wellen. **Allergenen: glutenhoudend, melk, selderij**

## (PL) Danie z ziemniaków i prazonej cebuli

**Składniki:** prażona cebula 23% (zawiera **gluten**), ziemniak 23%, fasola fava, olej słonecznikowy w proszku (zawiera **mleko**, E551), mieszanka przypraw (zawiera **seler**), koncentrat **białka serwatki**, marchew, kukurydza, skrobionia modyfikowana, mąka ziemniaczana, ekstrakt drożdżowy, pieczuszka, sól, pieprz, kwas cytrynowy, papryka w proszku, kminek, czosnek w proszku, imbir, aromat naturalny. **Przyrządzenie:** Wlać zagotowaną wodę do wysokości 8,5 cm na skali (490 ml) bezpośrednio do torebki i dobrze wymieszać. Zamknąć torebkę i odstawić na 8 min. **Alergeny: zawiera gluten, mleko, seler**

## (HU) Burgonyás tál pirított hagymával

**Osszetevők:** pirított hagyma 23% (tartalmaz **glutént**), burgonya 23%, fava bab, pirított napraforgóolaj (tartalmaz **tejet**, E551), fűszerkeverék (tartalmaz **zellert**), **tejsavóprotein** koncentrátum, sárgarépa, kukorica, módosított keményítő, burgonyaliszt, élesztő kivonat, petrezselyemzöld, só, bors, citromsav, fűszerpaprika, kömény, fokhagymapor, gyömbér, természetes aroma. **Útmutatások:** Forrásban levő vizet öntünk közvetlenül a tasakba a skálán 8,5 cm-ig (490 ml), gondosan elkeverjük. A tasakot lezárjuk és 8 percig pihentetjük. **Allergének: glutén, tej, zeller**

## (ES) Pucheros de patatas con cebollas asadas

**Ingredientes:** cebollas asadas 23% (contiene **gluten**), patatas 23%, habas, aceite de girasol en polvo (contiene **leche**, E551), condimentos (contiene **apio**), concentrado de proteínas de **suero**, zanahorias, maíz, almidón modificado, fécula de patata, extracto de levadura, perejil, sal, pimienta, ácido cítrico, pimentón, comino, ajo en polvo, jengibre, aroma natural. **Instrucciones:** Verter en el sobre agua hirviendo hasta alcanzar 8,5 cm indicados (490 ml) y agitar bien. Cerrar el sobre y dejar reposar durante 8 minutos. **Allergénos: con gluten, leche, apio**

## (CZ) Bramborová pánev se zlatavou cibulkou

**Přísady:** smažená cibulka 23% (obsahuje **lepek**), brambory 23%, fava fazole, prášek ze slunečnicového oleje (obsahuje **mléko**, E551), koření směs (obsahuje **celer**), koncentrát **syrovátkové bílkoviny**, mrkev, kukurice, modifikovaný škrob, bramborová moučka, kvasnicový výtažek, petrželka, sůl, pepř, kyselina citronová, paprikový prášek, kmín, česnekový prášek, zázvor, přírodní aroma. **Příprava:** Vroucí vodu nalijte do výšky 8,5 cm (490 ml) přímo do sáčku a pečlivě promíchejte. Sáček uzavřete a nechte 8 minut odstát. **Alergeny: lepek, mléko, celer**

## (RU) Тушёный картофель с жареным луком

**Состав:** жареный лук 23% (содержит **глютен**), картофель 23%, боб садовый, сухое подсолнечное масло (содержит **молоко**, E551), приправа (содержит **сельдерей**), концентрат **сыросточного протеина**, морковь, кукуруза, модифицированный крахмал, картофельная мука, дрожжевой экстракт, петрушка, соль, перец, лимонная кислота, паприка, тмин, чесночный порошок, имбирь, натуральный ароматизатор. **Способ применения:** Кипяток залить непосредственно в пакет до отметки 8,5 см (490 мл), тщательно размешать, пакет закрыть и дать постоять 8 мин. **Аллергены: глютен, молоко, сельдерей**

Gemiddelde voedingswaarde per 100 g gedroogd product/Valor nutritivo medio por cada 100 g producto en polvo/ Średnia wartość odżywcza na 100 g suchego produktu/ Průměrné nutriční hodnoty ve 100 g suché směsi/ á tlagos tápérték 100 g száraz termékre vonatkoztatva/Средняя пищевая ценность на 100 г. сухого продукта:

<b>kJ/kcal</b>	1723 / 412	<b>Netto/vulgewicht/Peso neto de llenado/Waga gotowej potrawy/Cistá váha/Föltöltésű nettó/ чистый вес нетто</b>	150 g
<b>Vetten/Grasa/Tuszcz/Tukey/Zsír / Жиры г</b>	16,4 g		
- waarvan verzadigde vetzuren/de los cuales ácidos grasos saturados/z tego nasycone kwasy tłuszczowe /z toho nasycené mastné kyseliny/ebből telített zsírsavak / из них насыщенные жирные кислоты	5,1 g		
<b>Koolhydraten/Hidrato de carbono/Węglowodany/Sacharidyl/Szénhidrátok / Углеводы г</b>	52,1 g	<b>Toegevoegd water/Agua a agregar/Ilość wody/Množství přidané vody/Víz hozzáadás / Объем добавляемой воды в мл</b>	490 ml
- waarvan suikers/de los cuales azúcares/w tym cukry/z toho cukry/ebből cukor / в т.ч. Сахара	7,6 g	<b>Totaalgewicht/Cantidad cocinada/Gotowa potrawa/Hmnožství hotového pokrmu/ Kész mennyiség / Масса готового продукта в г</b>	640 g
<b>Vezels/Fibra/Blonnik pokarmowy/Vláknina/Ballasztanyagok/ Пищевые волокна</b>	1,2 g	<b>Verpakt onder beschermde atmosfeer/Preparado en atmosfera protectora/V celu zapewnienia trwałości produktu zapakowany próżniowo/Baleno pod ochrannou atmosférou/A szállítás biztonságára érdekében védőgázas csomagolásban / Упакован в специальных условиях</b>	
<b>Eiwitten/Proteina/Białko/Bilkoviny/Fehérje/ Белки г</b>	11,3 g	<b>60 maanden na productiedatum/60 meses después de la producción/60 miesięcy od daty produkcji/60 měsíci od data výroby/60 hónap a gyártási dátumtól kezdve/60 месеца с даты изготовления</b>	
<b>Zout/Sal/Sól/Sül/Só/ Соль</b>	3,8 g		

[DK] **Kartoffelgryde med ristede løg**

**Ingredienser:** ristede løg 23% (indeholder **gluten**), kartofler 23%, hestebønner, solsikkeolie pulver (indeholder **mælk**, E551), krydderiblanding (indeholder **selleri**), **valleprotein koncentrat**, gulerødder, majs, modificeret stivelse, kartoffelmel, gærekstrakt, persille, salt, peber, citronsyre, paprikapulver, kommen, hvitløgspulver, ingefær, naturlig aroma.  
**Tilberedelse:** Hæld kogende vand direkte i posen op til 8,5 cm på skalaen (490 ml), rør omhyggeligt rundt, luk posen og lad indholdet trække i 8 min. **Allergener: gluten, mælk, selleri**

[NO] **Potetgryte med stekt løk**

**Ingredienser:** stekt løk 23% (indeholder **gluten**), poteter 23%, hestebønner, solsikkeoliepulver (indeholder **melk**, E551), krydderblanding (indeholder **selleri**), **myseprotein koncentrat**, gulrøtter, majs, modificeret stivelse, potetmel, gærekstrakt, persille, salt, peber, citronsyre, paprikapulver, karve, hvitløkpulver, ingefær, naturlig aroma. **Tilberedning:** Hæld kokende vann opp til 8,5 cm på skalaen (490 ml), rør godt, luk posen og la trekke i 8 minutter. **Allergener: inneholder gluten, melk, selleri**

[FI] **Perunasipulipata**

**Ainekset:** käristetty sipulia 23% (sisältää **gluteenia**), perunaa 23%, härkäpapuja, auringonkukkaöljyjaue (sisältää **maitoa**, E551), makuainesekoitus (sisältää **selleriä**), **heraproteiiniiviste**, porkkana, maissi, modifioitu tärkkelys, perunajauho, hiivauute, persilja, suola, pippuri, sitruunahappo, paprikajauhe, kumina, valkosipulijauhe, inkivääri, luontainen aromi. **Valmistus:** Kaada kiehuvan kuumaa vettä suoraan pussiin kunnes vesi saavuttaa 8,5 cm korkeuden asteikossa (490 ml). Sekoita pussin sisältö huolellisesti, sulje pussi ja anna hautua 8 minuuttia. **Allergeniit: gluteenipitoinen, maito, selleri**

[SE] **Potatisgryta med stekt løk**

**Ingredienser:** rostad løk 23% (inneholder **gluten**), potatis 23%, favabønner, skysås, pulver av solrosolja (inneholder **mjølk**, E551), smakmedelblanding (inneholder **selleri**), **vassleprotein koncentrat**, morot, majs, modifierad stärkelse, potatismjöl, jästextrakt, persilja, salt, peppar, citronsyra, paprikapulver, kummin, vitlökspulver, ingefära, naturlig arom. **Tillagning:** Häll kokande hett vatten direkt i påsen ända till en höjd på 8,5 cm på skalan (490 ml) och rör om påsens innehåll ordentligt. Stäng påsen och låt efterdara 8 minuter. **Allergener: innehåller gluten, mjölk, selleri**

Gennemsnitlig næringsværdi pr. 100 g Tørprodukt/Annoksen keskimääräinen ravintosisältö per 100 g kuivatute/Gjennomsnittlig næringsverdi per 100 g tørrprodukt/Genomsnittligt näringsvärde per 100 g Torrprodukt:

<b>kJ/kcal</b>	1723 / 412	Nettovægt/Nettotäytlöppaino/Nettovekt/Fyllnadsvikt netto	150 g
<b>Fedtstof/Rasva/Fett</b>	16,4 g	Vandtilsætning/Lisättävå vesimäärå/Vanntillegg/Vattentillsats	490 ml
- deraf mættede fedtsyrer/tåstå tydydytynåitå rasvahappoja/derav mættede fedtsyrer/dårav mættade fedtsyrer	5,1 g	Færdig mængde/Valmis annos/ Færdig mængde/Færdig kvantitet	640 g
<b>Kulhydrat/Hiilhydraatitåja/karbohydrater/Kalhydrat</b>	52,1 g	Pakket i beskyttende atmosfære/Pakattu suojailemipiirissa/Pakket i en beskyttende atmosfære/Förpackat i en skyddande atmosfår	
- heraf sukkerarter/jostå sokereita/hvorav sukkerarter/varav sockerarter	7,6 g	<b>60 måneder efter produktionsdato/60 måneder fra produktionsdato</b>	
<b>Kostfibre/Ravintokuitu/Kostfiber/Fiber</b>	1,2 g	<b>60 kuukautta valmistuspåivåstå kaskien/60 månader från tillverkningsdagen</b>	
<b>Protein/Valkuaista/protein/Protein</b>	11,3 g		
<b>Salt/Suola</b>	3,8 g		