

INSALATA TONNO, LIMONE, CAPPERI

INSALATE

INGREDIENTI: **TONNO** sott'olio sgocciolato, **INSALATA MISTA** [Insalata misticanza [Lattughino verde, Lattughino rosso, Rucola, Spinacino], Pomodori ciliegino, Lattuga, Carote crude], Insalata misticanza [Lattughino verde, Lattughino rosso, Rucola, Spinacino], Mais dolce in scatola sgocciolato, Limoni, Capperi in salamoia [Capperi, Acqua, Sale, Correttore di acidità [Acido citrico]]



VALORI NUTRIZIONALI (PER 100 G)

	Valore	%RDA
ENERGIA	298 kj 71 kcal	4 %
GRASSI	3 g	4 %
di cui acidi grassi saturi	0 g	0 %
CARBOIDRATI	3,7 g	1 %
di cui Zuccheri	2 g	2 %
PROTEINE	7,9 g	16 %
SALE	0,51 g	9 %

ASSUNZIONI DI RIFERIMENTO DI UN ADULTO
MEDIO 8400 kJ / 2000 kcal

LIBRO INGREDIENTI

in ottemperanza alla direttiva EU 1169/11