

**EN** Mediterranean Breakfast**Shakshuka 100g**

**Ingredients:** rice, chickpeas, liquid egg wash (**eggs, milk**), tomatoe, bell pepper, **feta cheese**, onion, spices, sugar, salt.  
*May contain traces of celery and mustard.*

**EE** Vahemere hommikusöök**Shakshuka 100g**

**Koostisosad:** riis, kikerhernes, kanamunamass (**munad, piim**), tomat, paprika, **feta juust**, sibul, vürtsid, suhkur, sool.

*Võib sisaldada vähesel määral sellerit ja sinepit.*

**DE** Mittelmeer Frühstück**Shakshuka 100g**

**Zutaten:** Reis, Kichererbsen, Hühnereiermasse (**Eier, Milch**), Tomate, Paprika, **Feta-Käse**, Zwiebel, Gewürze, Zucker, Salz.  
*Kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten.*

**FI** Välimeren aamiainen**Shakshuka 100g**

**Ainesosat:** riisi, kikerneet, kananmunamassa (**kanamunat, maito**), tomaatti, paprika, **fetajuusto**, sipuli, mausteet, sokeri, suola.

*Saattaa sisältää pieniä määriä selleriä ja sinappia.*

**ES** Desayuno mediterráneo**Shakshuka 100g**

**Ingredientes:** arroz, garbanzos, revuelto de huevo de gallina (**huevo, leche**), tomate, pimentón, **queso feta**, cebolla, especias, azúcar, sal.  
*Puede contener trazas de apio y mostaza.*

**SE/NO/DK** Shakshuka middelhavsfrukost 100g

**Ingredienser:** ris, kikerter, eggemasse (**høseegg, melk/mjölk**), tomat, paprika, **fetaost**, lok, krydder, sukker, salt.

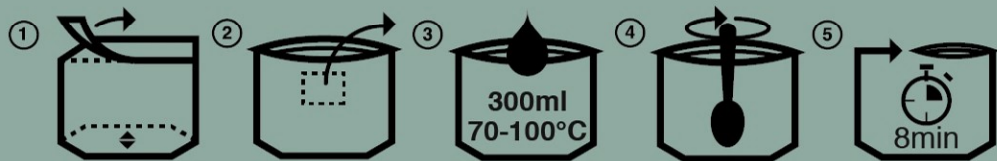
*Kan inneholde spor av selleri og sennep.*

**FR** Petit déjeuner méditerranéen**Shakshuka 100g**

**Ingredients:** riz, pois chiches, poudre d'œuf (**œufs, lait**), tomates, poivrons, **fromage feta**, oignon, épices, sucre, sel.  
*Peut contenir des traces de céleri et de moutarde.*

**ZH** 地中海式番茄烤蛋早餐**Shakshuka 100克**

**成分:** 飯、鷹嘴豆、鮮奶混蛋（雞蛋、牛奶）、蕃茄、辣椒粉、羊乳酪、洋蔥、香料、糖、鹽。  
該產品在加工芹菜、芥末和牛奶的設施中生產  
所有成分都已冷凍乾燥。



1. Open the package. / Packung öffnen.
2. Remove the oxygen absorber before or after adding water!  
Bitte entfernen Sie den Sauerstoffabsorber, bevor Sie Wasser einfüllen!
3. Add hot water. / Heißes Wasser einfüllen.
4. Stir. / Rühren.
5. Close the zip and wait. / Schließen Sie die Packung und warten Sie.

**Nutrition Facts / Nährwerte**

	Per Serving / Pro Portion (100g freeze-dried product / 100g gefriergetrocknetes Produkt)	100g
Energy / Energie / Contenido energético / Contenu énergétique / Energiasaldus / Energiaa / Energi / 熱量	1830kJ/436kcal	1830kJ/436kcal
Fat / Fett / Grasas / Graisses / Rasvad / Rasvaa / Fett / Fedt / 脂肪	16,5g	16,5g
of which Saturated Fats / davon gesättigte Fettsäuren / ácidos grasos saturados / acides gras saturés / millest küllastunud rasvad / josta tyydyttyneitä rasvahappoja / varav mättat fett / heraf mættede fedtsyrer / 飽和脂肪酸	3,8g	3,8g
Carbohydrates / Kohlenhydrate / Carbohidratos / Hydrates de carbone / Süsivesikud / Hiilihydraatteja / Karbohydrater / 碳水化合物	52,4g	52,4g
of which Sugars / davon Zucker / de los cuales azúcares / dont sucre / suhkrud / josta sokereita / hvorav/varav sukkerarter / 含醣	9,3g	9,3g
Fibre / Ballaststoffe / Fibras / Fibres / Kiudained / Ravintokuitu / Kostfibre / Fiber / 纖維	7,2g	7,2g
Protein / Eiweiß / Proteínas / Protéines / Valgud / Proteiinia / Protein / 蛋白質	16g	16g
Salt / Salz / Sal / Sel / Sool / Suolaa / Salt / 鹽 (NaCl)	3,8g	3,8g

