

**Spinat Lasagne, tiefgekühlt**

Kennzeichnung:	Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren! Bitte achten Sie darauf, dass das Produkt vor dem Verzehr vollständig durchgegart ist. Die ideale Zubereitungszeit hängt vom jeweiligen Mikrowellenherd oder Backrohr ab.
Aufbewahrung:	Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck
Zutaten:	Zutaten: Wasser, Spinat 25%, Lasagneblätter gekocht (HARTWEIZENGRIESS, Wasser, Ei), MOZZARELLA, WEIZENMEHL, Sonnenblumenöl, MAGERMILCHPULVER, Ei, HARTKÄSE, OBERS, Salz, Stärke (WEIZEN, Mais), Oregano, Muskatnuss, Knoblauchpulver, Pfeffer, SELLERIE. Kann Spuren von SOJA enthalten.
Alkoholgehalt:	
Portionen:	1
Nährwertanspruch:	Nährwerte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.
Verwendungs hinweis:	
Zubereitung & Anweisung:	Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen IN DER MIKROWELLE: Die noch tiefgefrorene Lasagne in der Schale mit einem mikrowelleneigneten Deckel zugedeckt in die Mikrowelle geben. Bei 600 Watt ca. 16 Min. durcherhitzen (900 Watt 14 Min.). Danach die Lasagne ca. 2 Min. ruhen lassen..Backen - Zubereitung unter Einwirkung von gleimaessig verteilter trockener Hitze IM BACKROHR: Backrohr bei Ober- und Unterhitze auf 190°C vorheizen (Heißluft 180°C). Spinat Lasagne noch tiefgekühlt in der Schale auf ein Backblech geben. Auf die mittlerer Schiene des Backrohrs geben und ca. 60 Min. (Heißluft ca. 50 Min.) goldgelb backen.
Abmessungen:	Nettogehalt 400.00 Gramm,Bruttogewicht 460.00 Gramm
Kontakt:	Name: Iglo Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2 2301 Groß-Enzersdorf; Webseite: www.iglo.at; Telefon: 0810 300 407
Allergene:	Kann Spuren enthalten von Sojabohnen und -erzeugnisse,Enthält - Ist im Produkt enthalten Sellerie und -erzeugnisse,Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse,Milch und Milcherzeugnisse,Eier und -erzeugnisse
Attribute:	Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)

**Nährwerte pro 100 Gramm Zubereitet**

Haushaltsportion		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF				
Energie	Ungefährer Wert (-)	664	Kilojoule	
Energie	Ungefährer Wert (-)	158	Kilokalorie	
Fett	Ungefährer Wert (-)	6.9	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Ungefährer Wert (-)	2.2	Gramm	
Kohlenhydrate	Ungefährer Wert (-)	17	Gramm	
davon Zucker	Ungefährer Wert (-)	2.1	Gramm	
Ballaststoffe	Ungefährer Wert (-)	1.3	Gramm	
Eiweiß	Ungefährer Wert (-)	6.4	Gramm	
Salz	Ungefährer Wert (-)	0.89	Gramm	

## Spinat Lasagne, tiefgekühlt

### Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion** (400 g)		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefäher Wert (-)	2639	Kilojoule	32,00 %
Energie		Ungefäher Wert (-)	630	Kilokalorie	32,00 %
Fett		Ungefäher Wert (-)	27	Gramm	39,00 %
davon gesättigte Fettsäuren		Ungefäher Wert (-)	8.9	Gramm	45,00 %
Kohlenhydrate		Ungefäher Wert (-)	69	Gramm	27,00 %
davon Zucker		Ungefäher Wert (-)	8.2	Gramm	9,00 %
Ballaststoffe		Ungefäher Wert (-)	5.3	Gramm	
Eiweiß		Ungefäher Wert (-)	25	Gramm	50,00 %
Salz		Ungefäher Wert (-)	3.6	Gramm	60,00 %