

SISKONMAKKARA PYTTIPANNU

Annosmäärä: 100 kpl Annoskoko: 300 g Annostyyppi: Pääruoka

LUOMUTON

LUOMU

Vaihda luomuksi esimerkiksi näin!

Raaka-aineet	Raakapaino	Hinta	Luomua
peruna	20 500 g	1,79 €	
siskonmakkarapallo	8 000 g	7,92 €	
sipulikuutio, pakaste	1 300 g	4,12 €	
purjoviipale, pakaste	500 g	2,73 €	
suola	140 g	0,76 €	
mustapippurirouhe	15 g	28,47 €	

Raaka-aineet	Raakapaino	Hinta	Luomua
peruna	20 500 g	1,79 €	
siskonmakkarapallo, luomu	8 000 g	19,19 €	X
sipulikuutio, pakaste	1 300 g	4,12 €	
purjoviipale, pakaste	500 g	2,73 €	
suola	140 g	0,76 €	
mustapippurirouhe	15 g	28,47 €	

Annoksen hinta **1,07 €**
Luomuprosentti **0 %**
Energia / annos **345 kcal**

RAVINTOSISÄLTÖ

Proteiinia **19,65 %**
Hiilihydraattia **39,70 %**
Rasvaa **38,70 %**

Annoksen hinta **1,97 €**
Luomuprosentti **26 %**
Energia / annos **392 kcal**

RAVINTOSISÄLTÖ

Proteiinia **15,66 %**
Hiilihydraattia **34,18 %**
Rasvaa **46,9 %**