

## Notvorrat Gluten-/Laktosefrei

51'844 kcal

Die gluten-/laktosefreie Version unseres Klassikers  
für einen Monat ausgewogene Nahrungsmittel.

Gewicht:	19,7 kg
Abmessung:	55cm lang, 41 cm breit, 23cm hoch
Lagerung ideal:	Konstante Temperatur ca. 15 - 20 Grad
MHD SiSa-Prod:	10 Jahre
MHD NRG-5:	20 Jahre
Allergene:	Ei

### Nährwerte pro 100g:

Produkt	Energie KJ / kcal	Fett	davon gesätt. Fettsäuren	Kohlen- hydrate	davon Zucker	Eiweiss	Salz	Ballast- stoffe
Lactosefr. Milch	1520 / 360	1,0g	0,6g	50,4g	50,4g	35,8g	0,92g	0g
Kichererbsen	1412 / 336	5,9g	1,1g	44,3g	2,4g	18,6g	0,05g	15,5g
Linsen rot	1500 / 359	2,0g	0,5g	53,0g	2,0g	24,0g	0,03g	10,0g
Kidneybohnen r.	1412 / 336	5,9g	1,1g	44,3g	2,4g	18,6g	0,05g	15,5g
Kartoffelpüree	1518 / 358	0,5g	0,1g	77,9g	1,7g	6,5g	0,04	k. A.
Zucker	1697 / 399	0g	0g	99,8g	99,8g	0g	0g	0g
Risotto Reis	1460 / 344	0,6g	0g	77,8g	0,1g	6,8g	0g	1,4g
Goldhirse	1481 / 350	3,9g	0,9g	68,8g	1,45g	9,8g	0,003g	3,8g
2-Min-Maisgriess	1470 / 351	1,0g	0,2g	65,5g	1,5g	5,6g	0,0g	3,0g
Gemüse Mischung	1287 / 307	2,7g	0,6g	46,0g	33,8g	13,0g	0,422g	22,9g
Gemüsebouillon	840 / 198	2,0g	<0,5g	23,0g	12,0g	22,0g	40,0g	5,7g
Volleipulver	2369 / 570	41,8g	11,6g	2,4g	2,4g	41,8g	1,3g	0g
Braune Sauce	1300 / 311	2,0g	<0,5g	59,0g	6,0g	13,0g	5,1g	4,5g
NRG-5 ZERO	1930 / 465	17,1g	8,9g	53,4g	12,9g	14,5g	0,4g	7,4g

### Zubereitungsanleitungen und Verzehrsvorschlag

Sind im Lieferumfang enthalten.



Zutatenverzeichnis der Produkte:

2 Dosen lactosefreies Trockenmilcherzeugnis aus Magermilch, 550g

Zutaten: Magermilch, Enzym (Lactase)

**Allergene: Keine**

1 Dose Kichererbsen vorgekocht, 800g

Zutaten: Kichererbsen, vorgekocht und dehydriert

**Allergene: Keine**

1 Dose Rote Linsen, 1400g

Zutaten: Rote Linsen

**Allergene: Keine**

1 Dose Rote Kidneybohnen, vorgekocht, 800g

Zutaten: Rote Kidneybohnen, vorgekocht und dehydriert

**Allergene: Keine**

1 Dose Kartoffelpüree ohne Milchpulver, 750g

Zutaten: Kartoffeln 100% (getrocknet)

**Allergene: Keine**

1 Dose Zucker, 1800g

Zutaten: Schweizer Feinkristallzucker

**Allergene: Keine**

1 Dose Risotto-Reis, 1600g

Zutaten: Mittelkornreis

**Allergene: Keine**

1 Dose Goldhirse, 1400g

Zutaten: Goldhirse

**Allergene: Keine**

1 Dose 2-Min. Maisgriess, 1200g

Zutaten: Maisgriess fein

**Allergene: Keine**

1 Dose Gemüse Mischung, 400g

Zutaten: Karotten, Lauch, Pastinaken, Paprika, Ziwebeln, Zucchini und Petersilie; alles luftgetrocknet

**Allergene: Keine**



1 Beutel Braune Sauce, 150g

Zutaten: Reismehl, Hefeextrakt, Kartoffelstärke, Tomatenpulver, Meersalz, jodiertes Kochsalz, Zucker, Guarkernmehl, Paprika, Pfeffer, Lorbeer, Rosmarin, Nelken, Olivenöl, Maltodextrin, Rote-Beete-Saft

**Allergene: Keine**

1 Beutel Gemüsebouillon, 260g

Zutaten: Hefeextrakt, Meersalz, 24% getr. Gemüse (Kürbis, Karotten, Tomaten, Pastinaken), Zucker, getr. Petersilie, Olivenöl, Gewürze (Macis, Thymian, Pfeffer, Lorbeer, Koriander, Rosmarin), Maltodextrin

**Allergene: Keine**

1 Beutel Volleipulver, 200g

Zutaten: Volleipulver (100% Hühnervollei)

**Allergene: Ei**

3 Rationen NRG-5 ZERO, 500g

Zutaten: Gebackener Reis, Palmfett, Zucker, Reisprotein, natürliches Aroma

**Allergene: Keine**