



Dénomination :	<b>Couscous poulet merguez</b>
Fiche numéro :	192

Grammage Portion en kilogramme : 0,32

### Liste des ingrédients

Produits	Composition
Couscous moyen 5K Malika	Semoule de blé dur
Légumes couscous	carottes (20% mini), navets (12% mini), céleris en branche (8% mini), courgettes (16% mini), poivrons verts 6% mini), poivrons rouges (6% mini) et pois chiches (12% mini)
Haut de cuisse de poulet	100% poulet
Merguez	Maigre et gras de boeuf 70 % maigre et gras de mouton 14%, eau, conservateur: E326, sel, épices et plantes aromatiques, sirop de glucose, dextrose, arômes naturels, acidifiant: E262, antioxygène: E300, E301, colorant: E120. Boyau naturel.
Huile olive vierge extr.PET 1L	Huile d'olive vierge
Pois chiche	Pois chiches, eau, sel, antioxydant : E385

### Liste des allergènes

Produits	Allergènes
Couscous moyen 5K Malika	Gluten
Légumes couscous	Céleri
Haut de cuisse de poulet	Sans allergène
Merguez	Sans allergène
Huile olive vierge extr.PET 1L	sans allergène
Pois chiche	Sans allergène

### Informations nutritionnelles pour 100 grammes en gramme

Energie en kcal	176,91
Graisses	8,60
Dont acides gras saturés	2,59
glucides	11,74
Dont sucres	1,60
Fibres alimentaires	1,19
Protéines	12,59
Sel	0,60