



Kippensoep

Hartig , eiwitrijk en vetarm



Ingrediënten: Rundercollageenhydrolysaat, polydextrose, aroma's (bevat: **tarwe, gerst, melk, selderij**), gedroogde groenten (ui, wortel, eekhoorntjesbrood, rode paprika, **selderij**, knoflook), voorgekookte rijst (4%), zout, smaakversterker: natriumglutamaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom, peterselie, kruiden, antiklontermiddel: magnesiumcarbonaat.
Kan sporen bevatten van: ei, vis, soja, noten.

Dagelijks voldoende drinken.

Bereidingswijze:

1. Voeg 250ml kokend water bij 30gr poeder en roer tot volledig opgelost
2. Opwarmen in microgolfoven gedurende 1 minuut
3. Omroeren en opdienen.

		100g	Per portie (30g)
Energetische waarde	kJ	1257	377
	kcal	299	90
Voedingswaarden			
Vetten	(g)	0,4	0,1
verzadigd	(g)	0,1	0
Koolhydraten	(g)	10	3
suikers	(g)	2,6	0,8
Vezels	(g)	22	6,7
Eiwitten	(g)	52	16
Zout	(g)	7,7	2,3
Kalium	(mg)	169	51
Calcium	(mg)	52	15
Fosfor	(mg)	9	3
Magnesium	(mg)	118	35

lignavita[®]
your shape, your secret ;-)

www.lignavita.com



Soupe poulet

Savoureux , riche en protéines et pauvre en matières grasses



Ingédients: Collagène bovine hydrolysé, polydextrose, arômes (contient: **blé, orge, lait, céleri**), légumes déshydratés (oignon, carotte, cèpes, poivron rouge, **céleri**, ail), riz précuit (4%), sel, exhausteur de goût: sodium glutamate, épaississant: gomme xanthane, persil, épices, anti-agglomérant: carbonate de magnésium.

Peut contenir des traces de: oeuf, poisson, soja, fruits à coque.

Maintenir une consommation quotidienne de liquide suffisante.

Mode préparatoire:

1. Ajouter 250ml d'eau bouillante à 30g de poudre et mélanger jusqu'à dispersion complète
2. Faire chauffer au four à micro-ondes durant 1 minute
3. Remuer et servir.

		100g	Par portion (30g)
Valeurs énergétiques	kJ	1257	377
	kcal	299	90
Valeurs nutritionnelles			
Matières grasses	(g)	0,4	0,1
saturés	(g)	0,1	0
Glucides	(g)	10	3
dont sucres	(g)	2,6	0,8
Fibres alimentaires		22	6,7
Protéines	(g)	52	16
Sel	(g)	7,7	2,3
Potassium	(g)	169	51
Calcium	(mg)	52	16
Phosphore	(mg)	9	3
Magnésium	(mg)	118	35

lignavita[®]
your shape, your secret ;-)

www.lignavita.com