



Crunchy granola with milk and coconut

Ingredients: Oat granola (gluten free) 63 %, skimmed **milk** powder 18 %, maltodextrin, coconut cream 9,5 % (coconut milk, maltodextrin, sodium **caseinate** (from **milk**)).

Gluten free and Lactose free

Category: Dry meal

Preparation:

- 1 Tear off the top and fold out the bottom
 - 2 Add 150 ml of cold (level E)
 - 3 Stir
 - 4 Re-seal, wait 5 mins
- Add more water if required.

Content: 150 g

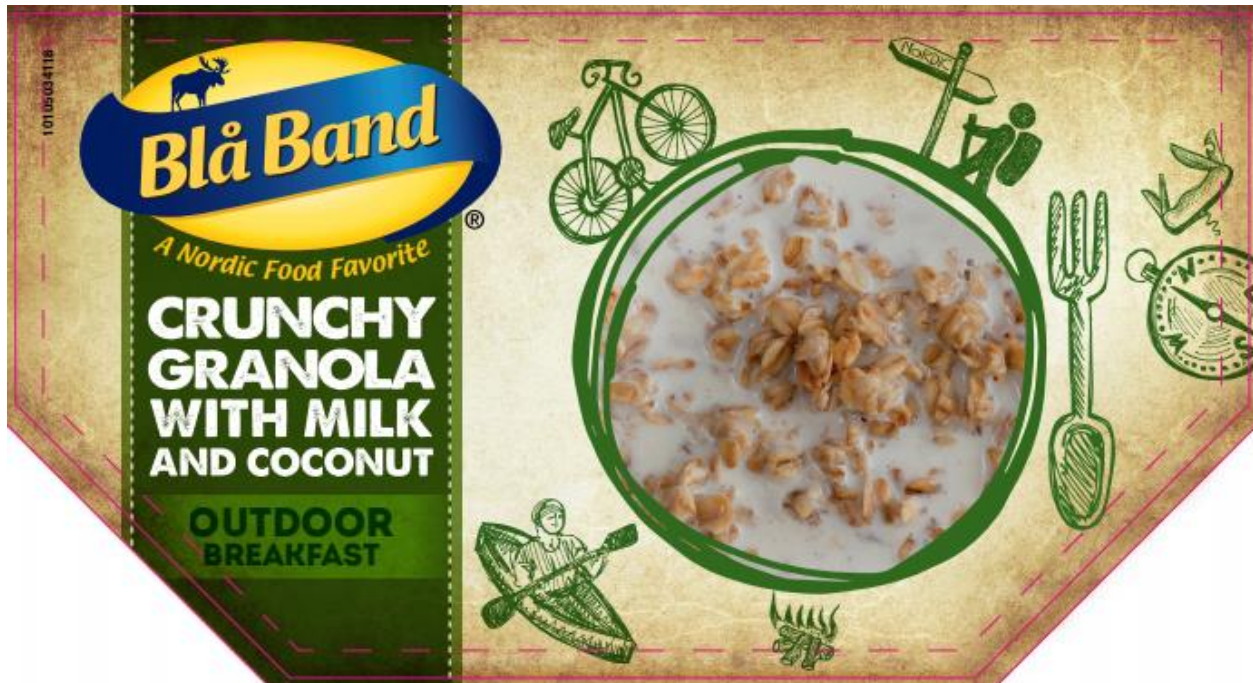
Shelf life: 48 months at an ambient temperature in a temperate climate or according to NATO Standard AMedP-1.11; Chapter 3 – Shelf Life.

Storage: Dry at room temperature.

Nutritional values:

Nutritional declaration	Per 100g (dry product)	Per Pouch (prepared)
Energy (kJ)	1967 kJ	2951 kJ
Energy (kcal)	468 kcal	703 kcal
Fat	17 g	25 g
of which saturated fat	6,9 g	10 g
Carbohydrate	64 g	96 g
of which sugars	20 g	31 g
Fiber	4,3 g	6,5 g
Protein	13 g	19 g
Salt	0,33 g	0,5 g

Marketed by Continental Foods Sweden AB, www.outdoormeal.com
Consumer contact Phone +46 (0)20-94 00 94



SE/DK/NO - Kripig/sprod granola med mjölk/mælk/melk och kokos
EN - Crunchy granola with milk and coconut
FR - Muesli croustillant au lait et à la noix de coco
FI - Granolaa, maitoa ja kookosta
DE - Knuspriges Granola mit Milch und Kokos

Ingredients: Granola av havre (glutenfri) 63 %, skummjörkspulver / skummetmelkspulver 18 %, maltodekstrin / kokosmjölk / kokosmelk / kokosmjölk / kokosmelk, maltodekstrin, natriumkaseinat (från/ro mjölk / melk / melk).

Ingredients: Oat granola (gluten free) 63 %, skimmed milk powder 18 %, maltodextrin, coconut cream 9,5 % (coconut milk, maltodextrin, sodium caseinate (from milk)).

Ingredients: Muesli d'avoine (sans gluten) 63 %, lait écrimé en poudre 18 %, maltodextrine, crème de noix de coco 9,5 % (lait de coco, maltodextrine, caséinate de sodium (issu du lait)).

Ainesosat: Kauragranola (gluteeniton) 63 %, rasvaton maitojauhe 18 %, maltodekstrini, kookoskerma 9,5 % (kookosmaito, maltodekstrini, natriumkaseinaatti (maidosta)).

Zutaten: Granola aus Hafer (glutenfrei) 63 %, Magermilchpulver 18 %, Maltodekstrin, Kokosmilch-Creme 9,5 % (Kokosmilch, Maltodekstrin, Natriumkaseinat (aus Milch)).

1 3 2 5 5 0 0 7 6 2 3 0

1 Riv av toppen och vik ut botten
Riv av toppen og Brett ut bunnen / Fold bunnen ud
Tear off the top and fold out the bottom
Déchirez le haut et déployez le fond
Ripplise pussi avki yläosasta ja taita pohja eskin
Die Spitze abreißen und den Boden ausklappen.

2 Tillsätt 1 1/2 dl kallt vatten (nivå E)
Tilsett 1 1/2 dl kallt vann (nivå E)
Add 1 1/2 dl of cold water (level E)
Versez 1 1/2 dl d'eau froide (niveau E)
Lisää 1 1/2 dl kylmää vettä (taso E)
1 1/2 dl kaltes Wasser hinzugeben (Stufe E)

3 Rör om
Rör om / Ormar
Stir
Bien mélanger
Sekaita
Umrühren

4 Återlösut, vänta 5 min
Lukå igjen, vent 5 min
Re-seal, wait 5 min
Refermer et attendre 5 min
Sulke, odota 5 min
Wieder verschließen, 5 Min. warten.

Tillsätt/tilsett mer vatten/vann om så önskas/önskes. Kan tillagas med varmt vatten/het vann.
Add more water if required. Can be prepared using hot water.
Si nécessaire, rajouter plus d'eau. Peut être préparé avec de l'eau bouillante.
Lisää halutessasi enemmän vettä. Voidaan valmistaa kuumalla vedellä.
Auf Wunsch mehr Wasser hinzufügen. Kann mit warmem Wasser zubereitet werden.

150 g e

Näringsdeklaration/Næringsinnhold
Nutrition declaration/Déclaration nutritionnelle/
Ravintosisältö/Nährwertangabe

Per/pour 100 g torr vara/torr vare / dry product/Produkt sec./juhella/Trockenware	2951 kJ - 703 kcal
Energy/Energia/Energia/Energie	1967 kJ - 468 kcal
Fett/Fat/Rasvoin/Matieres grasses	17 g
- varav mättat fett/fat of matier fedtsyer/hvarav mættet fett/of which saturated fat/ /dont a.g. saturés/ista tydyttyneitä rasvoja/davon gesättigte Fettsäuren	6,9 g
Kolhydrat/Kulhydrater/Karbohydrater/Carbohydrates/Glucides/Hilhydroattia/Kohlenhydrate	64 g
- varav sockerarter/tear/hvarav sukkerarter/of which sugars/dont sucres/ /ista sokereita/davon Zucker	20 g
Protein/Protienin/Eiweiß/Protéines	13 g
Salt/Suolain/Salz/Sel	0,33 g

1 Portion/Annos

Marknadsförs av/Markedsføres av/Marketed by/Commercialisé par/Markkinoija/Wird vertrieben von:
 Continental Foods Sweden AB, tfn 020-94 00 94, Continental Foods Finland Oy, PL/PB 241,
 01531 Vantaa/Vanda, puh./tfn 0800-9-4443, www.outdoormeal.com, www.blåband.fi

7623-01
10105004119