



VOEDINGSWAARDEN DOE-HET-ZELF PAKKET BIETENPIZZA

Inhoud pakket

- 1 verse paprika
- 2 verse tomaten
- 250 gram rode bieten
- 1 blikje tomatenpuree
- Spoony volkoren Pizzamix (**TARWE** volkorenmeel, enzym (**TARWE**), groenten (ui, knoflook, paprika), kruiden (oregano, basilicum, laurier, tijm, rozemarijn), specerijen (nootmuskaat, peper), zout.
- Vrolijk kinderrecept met eetspelletje

Thuis nog toevoegen: 1 ei en 70 gram geraspte kaas

Voedingswaarden per 100 gram onbereid product

energie	112 kcal
vetten	0,6 g
waarvan verzadigde vetzuren	0,2 g
koolhydraten	19 g
waarvan suikers	4,9
vezels	3,8 g
eiwitten	5,3 g
zout	1,2 g

Allergie-informatie: bevat tarwe. Kan sporen bevatten van andere glutenbevattende granen, melk, ei, noten, mosterd, lupine, selderij.

Dit product valt binnen de richtlijnen Schijf van Vijf van het Voedingscentrum (maaltijd; lunchgerecht) indien consument kiest voor 30+ kaas met minder zout.