



X108



## Bouchées de poulet au jambon et petits pois

MIN

4'

TEMPS DE CUISSON



300g ?

4 PLATS PAR CARTON

### Ingrédients

Blanc de poulet 95%, petits pois 84%, jambon cru 10%, huile de graines de tournesol, oignon, sel.

### Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g

Energie kJ 498 – Energie kcal 119 – Gras g 3,1  
dont les acides gras saturés g 1,0 – Hydrates de carbone g 7,4 dont sucres g 1,7 – Fibres g 2,4 – Protéine g 14,1 – Sel g 1,02

### Préparation

Four à micro-ondes (750w): 4 min barquette fermée et surgelée.

fiordiprimi