



X116



## Tagliata di pollo con orzo e verdure



5'

TEMPO DI COTTURA



300g ?

4 PIATTI A CARTONE

### Ingredienti

Orzo perlato 41% , tagliata di pollo 33%, zucchine grigliate 6,5%, melanzane prefritte 4%, carote 4%, peperoni rossi e gialli grigliati 4%, piselli 3%, olio extra vergine di oliva, olio di semi di girasole, sale.

Può contenere latte, uova, soia e sedano

### Valori nutrizionali medi per 100 g

Energia kJ 565 Energia kcal 134 Grassi g 3,2 di cui acidi grassi saturi g 1,6 Carboidrati g 16,8 di cui zuccheri g 0,86 Fibre g 3,0 Proteine g 8,1 Sale g 0,89

### Preparazione

Forno a microonde (750w): 5 min a piatto chiuso e surgelato.

### Smaltimento

