ALLERGI-
INFORMATION

	Mjölk / Laktos	Gluten	Fisk / Skaldjur	Nötter / Mandel	Sesam	Soja	Ägg	Sulfiter
KÖTT / FÅGEL / FISK / SOJAPROTEIN								
Kycklingbröstfilé								
Oumph!						●		
Bacon								
Räkor			●					
Varmrökt lax			●					
MEJERIVAROR								
Grana Padano	●						●	
Getost	●							
Fetaost								
Ägg							●	
Vaniljyoghurt	●							
FRUKT & GRÖNT								
Mixsallad								
Romansallad								
Zucchini								
Gurka								
Rödlök								
Äpple								
Galiamelon								
Banan								
Blomkål								
Avokado								
Ingefära, EKO								
Koriander								
Broccoli								
Mynta								
Picklad morot								
Persilja								
Pepparrot								
Blomkål								
Ingefärsbroccoli								
Grönkål								
Rödkål								
Sojabönor						●		
Rädisa								
KOLONIALVAROR								
Oliver								
Cashewnötter				●				
Valnötter				●				
Pinjenötter				●				
Mandlar				●				
Sesamfrön					●			
Superfrön					●			
Citronsaft								●
Havregryn								
Honung								
Agave, EKO								
Kakao								
Kardemumma								
Kokosflingor								
Surdegskrutonger								
Svarta bönor								
Hummus original					●			
Hummus gröna ärtor					●			
Hummus hot 'n spicy					●			
SUPER FOODS								
Acai, EKO								
Pitaya, EKO								
Protein pulver	●						●	
Mullbär								
Plog Vetegräs, EKO								
Plog Rödbeta, EKO								
FRYSVAROR								
Blåbär								
Jordgubbar								
Mango								
Hallon								
Ananas								
Passionsfrukt								
DRYCKER								
Äppelmust								
Kokosdryck								
Mandeldryck				●				
Sojadryck						●		
Kokosvatten								
ÖVRIGA FÖRÄDLADE PRODUKTER								
Matvete, EKO		●						
Quinoa, EKO								
Svat ris, EKO								
Picklad rödlök								
Picklad morot								
Kimchimarinerad salladskål					●	●		
Rostad müsli								
Hemmagord granola				●				
Mediterrianéeröra								
Glasnudlar								
Belugalinser								
DRESSINGAR								
Rostad ingefära & chili								●
Färska örter								
Mango-chili								●
Miso-soja		●			●	●		
Shishimi					●	●		
Pepparrot	●						●	
Dill & citron							●	●
Caesar	●		●				●	●

NÄRINGS-
INFORMATION

Beräkningarna på våra sallader gäller utan dressing. För beräkningar på våra dressingar, se separat tabell.

VEGGIE SALADS

	Energi (kcal)		Fett (g)		Kolhydrater (g)		Protein (g)	
	small	large	small	large	small	large	small	large
herbalHUMMUS	276	505	21	35	11	31	10	16
greenGARDEN	248	444	13	24	19	34	9	17

SEAFOOD SALADS

	Energi (kcal)		Fett (g)		Kolhydrater (g)		Protein (g)	
	small	large	small	large	small	large	small	large
shrimpCHI	218	295	11	12	15	22	12	20
shrimpAVOCADO	255	460	14	26	17	30	13	23
japaneseSHRIMP	228	312	9	10	22	33	12	19
smokeySALMON	205	365	11	19	14	25	12	21

CHICKEN SALADS

	Energi (kcal)		Fett (g)		Kolhydrater (g)		Protein (g)	
	small	large	small	large	small	large	small	large
chickenCAESAR	244	380	14	20	13	22	17	27
baconAPPLE	235	370	14	20	12	19	14	24
chickenCHEVRE	252	501	19	26	25	36	18	27
mangoAVOCADO	215	345	9	13	16	27	14	25

POKÉ BOWLS

	Energi (kcal)	Fett (g)	Kolhydrater (g)	Protein (g)
	stor	stor	stor	stor
highttideTUNA	411	14	49	18
pokéahiTUNA	462	17	46	27

WRAPS

	Energi (kcal)	Fett (g)	Kolhydrater (g)	Protein (g)
	large	large	large	large
chickenCAESAR	680	42	50	26
shrimpAVOCADO	672	40	54	21
smokeySALMON	619	35	52	21

DRESSING

	Energi (kcal)	Fett (g)	Kolhydrater (g)	Protein (g)
	per burk	per burk	per burk	per burk
rostad ingefära & chili	202	4,7	3,2	0,15
färska örter	261	29	0,6	0,15
mango-chili	104	9,5	5,3	0,08
miso-soja	142	14	2	1,29
shishimi	166	18	0,8	0,57
pepparrot	202	22	0,8	0,68
dill & citron	268	30	0,3	0,38
caesar	270	30	0,3	0,76

SMOOTHIES

	Energi (kcal)		Fett (g)		Kolhydrater (g)		Protein (g)	
		large		large		large		large
passionAPPLE		322		3		64		3
gingerGOODIES		282		1		64		2
earthyBEET		279		4		50		4
wheatgrassGINGER		365		5		62		12
purpleACAI		269		4		55		2
greenMANGO		396		20		49		3
pinkCOLADA		322		7		57		2
exoticGREEN		470		22		53		9
DETOX		311		9		44		9
healingGREEN		351		2		70		8
frostyFORREST		388		8		60		14
berryBOMB		323		7		48		13
bananaBLACKVELVET		408		8		62		15
strawberryFIELDS		394		7		66		13
mangoTANGO		369		7		58		14