

WILD KIWI PIES



Type	Pie Name	Pie Flavour	Ingredients (ALLERGENS) * = øko	Inæringsindhold pr.100g (standard pie size)
Beef Steak	Huntsman	Beef Steak & Cheese	HVEDEMEL, oksekød*, margarine, løg, Ostesauce (9%) (OST (MÆLK, antiklumpningsmiddel: kartoffelstivelse, salt, MÆLKESYREKULTUR, osteløbe (mikrobiel), farvestof: beta caroten (E160a)), majstivelse, fond (salt, kyllingefedt 18%, tørret glukosesirup, oksefedt, aromaer, kyllingeskind og kødpulver 2,4%, syre (citronsyre, mælkesyre), krydderier (hvid peber, gurkemeje), karamelsukker, maltodextrin)), tomatpasta, majsmel, WORCESTERSAUCE, salt, Bouillon (salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, oksekødsekstrakt 2,2%, løgpulver, sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), hvidløg, peber (sort).	Energi (kcal) 220, Fedt (g) 11,6, Fedt - mættet (g) 5, Kulhydrater (g) 18,8, Kulhydrat sukker (g) 0,7, Protein (g) 9,2, Salt (g) 0,6
Beef Steak	Scarfie	Beef Steak & Dark Ale	HVEDEMEL, oksekød*, champignon 9.3%, margarine, kartofler*, løg, tomatpasta, Majsstivelse, Worcestersauce, ØL sovs 9% (ØL (sukker, BYGMALT, humle), sukker, Majsstivelse), salt, Bouillon (salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, oksekød*sekstrakt 2,2%, løgpulver, sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), hvidløg, peber (sort).	Energi (kcal) 203, Fedt (g) 9,7, Mættet fedt (g) 4,0, Kulhydrater (g) 19,3, Kulhydrater Sukker (g) 2,6, Protein (g) 8,0, Salt (g) 0,6
Beef Steak	Forager	Beef Stroganof	HVEDEMEL, oksekød* 18.8%, Champignon, Margarine, Løg, Majsstivelse, SMØR, Cornichoner, FLØDEFRAICHE, SENNEP, Bouillon (salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, oksekød*sekstrakt 2,2%, løgpulver, sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), Hvidløg, Peber (sort), Persille.	Energi (kcal) 216, Fedt (g) 11,1, Mættet fedt (g) 4,8, Kulhydrater (g) 19,7, Kulhydrater Sukker (g) 1,7, Protein (g) 8,2, Salt (g) 0,7
Beef Steak	Farmer	Beef Steak & Caramelised Onion	HVEDEMEL, oksekød* 23.6%, margarine, løg, karameliseløg 5% (løg, sukker, olie), tomatpasta, Majsstivelse, Worcestersauce, salt, bouillon (salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, oksekød*sekstrakt 2,2%, løgpulver, sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), hvidløg, peber (sort), SESAMFRØ.	Energi (kcal) 215, Fedt (g) 10,8, Mættet fedt (g) 4,5, Kulhydrater (g) 18,9, Kulhydrater Sukker (g) 1,3, Protein (g) 9,3, Salt (g) 0,6
Chicken	Wanderer	Butter Chicken Pie	HVEDEMEL, kylling*, tomatpasta, margarine, YOGHURT, SMØR, FLØDE, løg, majsstivelse, salt, olie, hvidløg, spidskommen, ingefær, chili.	Energy (kcal) 265, Fat (g) 15,7, Mættet fedt (g) 6,9, Kulhydrater (g) 19,9, Kulhydrater sukker(g) 2, Protein(g) 9,9, Salt(g) 0,6
Chicken	Ranger	Chicken & Mushroom Pie (Ranger)	HVEDEMEL, kylling*, Margarine, Broccoli, Champignon, Løg, Majsstivelse, Bouillon (salt, hønsefedt 18%, tørret glukosesirup, oksefedt, aromaer, kyllingeskind- og kødpulver 2,4%, syre (citronsyre, MÆLKSYRE), MÆLK, hvidløg, salt, peber.	Energi (kcal) 209, Fedt (g) 10,8, Mættet fedt(g) 4,2, Kulhydrater(g) 20,1, Kulhydrater sukker(g) 1,0, Protein (g) 6,9, Salt (g) 0,7
Chicken	Hiker	Chiken, Bacon & Mushroom	HVEDEMEL, kyling* 18%, Margarine, Mushroom 5%, Bacon 3.5% (svinekød (94%)), salt, vand, dextrose, sukker, eddike, konserveringsmidler (E252, E250), antioxidant (E301), stabilisatorer (E451, E452), gærekstrakt, røg), Wine, Leek, MILK, Cornflour, Peas, MUSTARD, Salt, Bouillon (salt, hønsefedt 18%, tørret glukosesirup, oksefedt, aromaer, kyllingeskind- og kødpulver 2,4%, syre (citronsyre, MÆLKSYRE), hvid peber, gurkemeje, karamelsukker, maltodextrin), Pepper.	Energy (kcal) 226, Fat (g) 12,8, Fat - sat (g) 4,6, Carbs (g) 19,3, Carb sugar (g) 1,1, Protein (g) 8,2, Salt (g) 0,6
Minced Beef	Waikikimukau	Minced Beef & Cheese Pie	HVEDEMEL, oksekød* (20%), Margarine, Ostesauce (9%) (OST (MÆLK, antiklumpningsmiddel: kartoffelstivelse, salt, MÆLKESYREKULTUR, osteløbe (mikrobiel), farvestof: beta caroten (E160a)), majstivelse, fond (salt, kyllingefedt 18%, tørret glukosesirup, oksefedt, aromaer, kyllingeskind og kødpulver 2,4%, syre (citronsyre, mælkesyre), krydderier (hvid peber, gurkemeje), karamelsukker, maltodextrin)), løg, tomatpasta, majsmel, salt, worcestersauce, fond (salt, oksefedt 31%, aromaer, løg, tørret glukosesirup, oksekød*extrakt, 2,4% sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), hvidløg, peber.	Energy (kcal) 203, Fat (g) 10,4, Fat - sat (g) 4,5, Carbs (g) 18,1, Carb sugar (g) 0,4, Protein (g) 8,1, Salt (g) 0,7

Minced Beef	Taco	Chili Con Carne & Cheese	HVEDEMEL, hakket oksekød*, margarine, majs, peberfrugter, Ostesauce (9%) (OST (MÆLK, antiklumpningsmiddel: kartoffelstivelse, salt, MÆLKESYREKULTUR, osteløbe (mikrobiel), farvestof: beta caroten (E160a)), majsstivelse, fond (salt, kylling*efedt 18%, tørret glukosesirup, oksefedt, aromaer, kyllingeskind og kødpulver 2.4%, syre (citronsyre, mælkesyre), krydderier (hvid peber, gurkemeje), karasukker, maltodextrin)), tomatpasta, jalapeños, majsstivelse, worcestersauce, sojasauce, salt, hvidløg, chili, bouillon (Salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, okseekstrakt 2.2%, løgpulver, sukker, krydderier (gurkemeje, hvid peber, paprika).	Energi (kcal) 197, Fedt (g) 9.9, Mættet fedt (g) 4.3, Kulhydrater (g) 18.0, Kulhydrater Sukker (g) 0.3, Protein (g) 7.9, Salt (g) 0.7
Minced Beef	Mountaineer	Minced Beef & Mashed Potato Topping	HVEDEMEL, Hakket oksekød*, margarine, løg, kartoffel, tomatpasta, FLØDE, majsstivelse, salt, worcestersauce, bouillon (Salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, okseekstrakt 2.2%, løgpulver, sukker, krydderier (gurkemeje, hvid peber, paprika), hvidløg, peber (sort)).	Energi (kcal) 158.2, Fedt (g) 6.6, Mættet fedt (g) 2.8, Kulhydrater (g) 15.9, Kulhydrater Sukker (g) 0.5, Protein (g) 7.8, Salt (g) 0.7
Vegan	Cauliwood	Cauliflower & Chickpea Curry	MEL, blomkål, kikærter, margarine, kartoffel, løg, tomat, kokosmælk, grøntsagsbouillon (salt, palmefedt, aromaer, maltodextrin, vegetabilsk granulat 4.7% (gulerod, løg, SELLERI, porre, purløg), sukker, gurkemeje, hvid peber, koriander, muskatnød, sellerifrø), olie, salt, peber, hvidløg, persille, basilikum, estragon, paprika, ingefær, spidskommen, limeblade.	Energi (kcal) 203, Fedt (g) 9.7, Mættet fedt (g) 4.0, Kulhydrater (g) 19.3, Kulhydrater Sukker (g) 2.6, Protein (g) 8.0, Salt (g) 0.6
Vegan	Jack The Muss	Jackfruit & Wild Rice	HVEDEMEL, jackfrugt* 16%, margarine, tomat, løg, vilde ris 2.9%, rød peber, SENNEP, eddike (malt), sukker, bouillon (salt, palmefedt, aromaer, maltodextrin, vegetabilsk granulat 4.7% (gulerod, løg, selleri, porre, purløg), sukker, krydderier (gurkemeje, hvid peber, koriander, muskatnød, sellerifrø), spidskommen, olie, salt	Energi (kcal) 203, Fedt (g) 9.4, Mættet fedt (g) 3.6, Kulhydrater (g) 25.2, Kulhydrater Sukker (g) 1.9, Protein (g) 3.2, Salt (g) 0.8
Vegan	Pastafariano	Lentil Lasagne With Sweet Potato	HVEDEMEL, margarine, linser*, tomat, champignon, løg, porre, rød peberfrugt, gulerod, sød kartoffel, tomatpuré, salt, SOJASOVS, olie, bouillon (salt, palmefedt, aromaer, maltodextrin, vegetabilsk granulat 4.7% (gulerod, løg, selleri, porre, purløg), sukker, gurkemeje, hvid peber, koriander, muskatnød, sellerifrø) hvidløg, peber, parsley.	Energy (kcal) 197.4, Fat (g) 9.1, Fat - sat (g) 3.6, Carbs (g) 23.3, Carb sugar (g) 2.1, Protein (g) 4.1, Salt (g) 0.8
Pork		Wild Boar	HVEDEMEL, vildsvin 14.8%, champignon, margarine, løg, kartoffel, tomatpuré, majsstivelse, rødvin, worcestersauce, salt, peber, bouillon (salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, oksekød*sekstrakt 2.2%, løgpulver, sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), Rosemary, hvidløg, sukker.	Energi (kcal) 187.9, Fedt (g) 9.3, Mættet fedt (g) 3.5, Kulhydrater (g) 18.2, Kulhydrater Sukker (g) 1.7, Protein (g) 5.3, Salt (g) 0.6
Minced Beef		Minced Beef	HVEDEMEL, oksekød* (20%), Margarine, løg, tomatpasta, majs, salt, worcestersauce, fond (salt, oksefedt 31%, aromaer, løg, tørret glukosesirup, oksekød*extrakt, 2.4% sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), hvidløg, peber.	Energi (kcal) 203, Fedt (g) 9.7, Mættet fedt (g) 4.0, Kulhydrater (g) 19.3, Kulhydrater Sukker (g) 2.6, Protein (g) 8.0, Salt (g) 0.6
Pork		Pork Sausage Rolls	Øko svinekød (31%), HVEDEMEL, margarine, løg, RASP (HVEDEMEL, gær, salt), porre, kartoffel, salt, peber (hvid), muskatnød.	Energy (kcal) 271.7, Fat (g) 16.6, Fat - sat (g) 7.4, Carbs (g) 17.8, Carb sugar (g) 0.6, Protein (g) 11, Salt (g) 0.8
Chicken		Chicken Sausage Rolls	kylling* (30%), HVEDEMEL, margarine, løg, RASP (HVEDEMEL, gær, salt), porre, kartoffel, salt, fond (salt, kyllingefedt 18%, tørret glukosesirup, oksefedt, aromaer, kyllingeskind og kødpulver 2.4%, syre (citronsyre, mælkesyre), krydderier (hvid peber, gurkemeje), karamelsukker, maltodextrin)), hvidløg, peber (hvid), persille, muskatnød, estragon.	Energy (kcal) 237, Fat (g) 13.9, Fat - sat (g) 6.3, Carbs (g) 18.2, Carb sugar (g) 0.6, Protein (g) 8.8, Salt (g) 0.9
Sweet		Anzac Cookies	FLOUR, sugar, oats, raw sugar, margarine, coconut, baking soda.	
Sweet		Choc Caramel Slice	Sugar, FLOUR, margarine, CHOCOLATE, MILK, coconut.	
Sweet		Choc Brownie	Sugar, FLOUR, CHOCOLATE, oil, egg, cocoa, salt, vanilla.	
Sweet		Ginger Slice	Sugar, margarine, FLOUR, oats, coconut, ALMONDS, ginger, baking powder, PISTACHIO NUTS	
Sweet		Lamington (Choc)	Sugar, FLOUR, EGGS, margarine, CHOCOLATE, MILK, coconut, cocoa, vanilla.	
Sweet		Choc Chip Cookies	FLOUR, sugar, margarine, CHOCOLATE, EGGS, baking soda, vanilla, salt.	

Sweet		Scones (Date)	FLOUR, dates, margarine, sugar, EGGS, MILK, vanilla, baking powder, salt.	
Sweet		Scones (Cheese)	FLOUR, CHEESE (CHEDDER), margarine, EGGS, MILK, MUSTARD, baking powder, spices, salt.	
Sauces		Vegetable Gravy	Vand, HEVDEMEEL, olie, boullion (salt, palmefedt, aromaer, maltodextrin, vegetabilsk granulat 4,7% (gulerod, løg, selleri, porre, purløg), sukker, gurkemeje, hvid peber, koriander, muskatnød, sellerifrø), tomatpasta, løgpulver, kulor (vand, salt, farve (ammonieret karamel E150c)), salt, hvidløg, peber, rosmarin, persille,	Energy (kcal) 65.5, Fat (g) 3.9, Fat - sat (g) 0.6, Carbs (g) 6.4, Carb sugar (g) 0.3, Protein (g) 1, Salt (g) 1

Reheating (220g pies)

Chilled (2-5°C) in fan oven 180°C for 15 minutes

Frozen (-18°C) in fan oven 160°C for 45 minutes

Reheating (50g pies)

Chilled (2-5°C) in fan oven 180°C for 8 minutes

Frozen (-18°C) in fan oven 160°C for 15 minutes

Storage

Chilled for 10 days

Frozen for 6 months

FLAVOURS OF THE MONTH

Vegan		Green Curry Tofu	Tofu*, Coconut Milk, Water, Aubegine, Bamboo, Red Pepper, Squash, Sugar Peas, Green Curry, Maizena, Oil, Soy Sauce, Sugar, Salt, Stock (Vege), Lime Leaves	
Pork		Honey Mustard Pork Belly	Pork belly*, flour, water, margarine, apple, honey, mustard, garlic, salt, maizena, pepper, paprika, apple cider vinegar.	
Fish		Thai Green Curry	HVEDEMEEL, FISK (POLLOCK) 16.6%, margarine, kokosmælk, Zucchini mix (Courgette grøn 35 %, Courgette gul 35 %, tomat 20 %, rød løg 10 %), broccoli, maizena, karrypasta (frisk grøn chili (33%), citrongræs, hvidløg, skalotteløg, salt, Galangal, spidskommen, korianderfrø), salt, sukker.	Energy (kcal) 202, Fat (g) 10.29, Fat - sat (g) 4.9, Carbs (g) 20, Carb sugar (g) 0.9, Protein (g) 6.7, Salt (g) 0.6
Vegan	Automnom	Roasted Veges in a 5-spice tomato curry	HVEDEMEEL, margarine, græskar, squash, SELLERI, peberfrugt, aubergine, tomat, løg, salt, olie, boullion (salt, palmefedt, aromaer, maltodextrin, vegetabilsk granulat 4,7% (gulerod, løg, selleri, porre, purløg), sukker, krydderier (gurkemeje, hvid peber, koriander, muskatnød, sellerifrø)), stjerneanis, nelliker, kinesisk kanel, fennikelfrø, hvidløg, peber.	Energi (kcal) 203, Fedt (g) 9.7, Mættet fedt (g) 4,0, Kulhydrater (g) 19,3, Kulhydrater Sukker (g) 2,6, Protein (g) 8,0, Salt (g) 0,6
Vegan	POTM	Taco	HVEDEMEEL, ærte, margarine, majs, peberfrugter, tomatpasta, jalapeños, majsstivelse, worcestersauce, sojasauce, boullion (salt, palmefedt, aromaer, maltodextrin, vegetabilsk granulat 4,7% (gulerod, løg, selleri, porre, purløg), sukker, gurkemeje, hvid peber, koriander, muskatnød, sellerifrø) hvidløg, salt, hvidløg, chili, peber.	Energy (kcal) 202, Fat (g) 10.29, Fat - sat (g) 4.9, Carbs (g) 20, Carb sugar (g) 0.9, Protein (g) 6.7, Salt (g) 0.6

JUST ADD CARBS

Beef Steak	Mix	Steak	oksekød* 45%, løg, tomatpasta, majsstivelse, Worcestersauce, bouillon (salt, oksefedt 31%, aromaer, tørret glukosesirup, oksekødsekstrakt, løgpulver, sukker, gurkemeje, hvid peber, paprika), hvidløg, salt, peber (sort).	Energi (kcal) 111, Fedt (g) 4.3, Mættet fedt (g) 1.8, Kulhydrater (g) 4.3, Kulhydrater Sukker (g) 1.5, Protein (g) 13.2, Salt (g) 0.55
Chicken	Mix	Butter Chicken	kylling* 40.6%, tomatpasta, YOGHURT, SMØR 6.5%, FLØDE, løg, majsstivelse, olie, hvidløg, spidskommen, salt, ingefær, chili.	Energi (kcal) 198, Fedt(g) 12.7, Mættet fedt(g) 6.0, Kulhydrater(g) 6.7, Kulhydrater sukker(g) 3.5, Protein(g) 13.3, Salt(g) 0.66
Vegan	Mix	Lentil Bolognese	Vand, Linser* 7.7%, tomat, champignon, løg, porre, rød peberfrugt, gulerod, sød kartoffel*, tomatpuré, SOJASOVS, olie, bouillon (salt, palmefedt, aromaer, maltodextrin, vegetabilsk granulat 4.7% (gulerod, løg, selleri, porre, purløg), sukker, gurkemeje, hvid peber, koriander, muskatnød, sellerifrø) hvidløg, salt, peber, parsley.	Energi (kcal) 78.8, Fedt(g) 1.3, Mættet fedt(g) 0.2, Kulhydrater(g) 12.7, Kulhydrater sukker(g) 3.7, Protein(g) 3.2, Salt(g) 0.8