

PRODUKTKATALOG





Om Bosphorus

Bosphorus AB är ett familjeägt företag som har bedrivit mattillverkning sedan 2002. Sedan starten har vår målsättning varit att skapa smakrik och hållbar färdigmat, sund och hälsosam mat med tonvikt på medelhavskost och växtbaserade råvaror. Det började med en liten cateringverksamhet i hemmet i Stockholm där specialiteten var att tillaga moderna rätter baserade på mångtusenåriga recept från Östra Medelhavet.

Vi har fortsatt att skapa unika matkoncept som förmedlar livskvalitet, idag är Bosphorus matkluster en komplett leverantör med ett brett sortiment av kyllda maträtter.

Innehållsförteckning

FÄRDIGPACKAT

SPISA	8-9
URBAN FOOD	10-13
SMARTMEALS	14
BOSPHORUS ORIGINAL	16-17
GOD HUSMAN	18-19
FRESH FOOD	20-23

LÖSVIKT

PLÄTTAR & FILODEG	26-28
KÖTT & KYCKLING	30-31
KOLHYDRATER	32
RÖROR	33-35
VEGETARISKT	36-39

SMÖRGÅSTÅRTOR

40-41



Vad innehåller vår mat?

Enbart färska ingredienser.
Inga genmodifierade (GMO) ingredienser.
Ekologiska ingredienser så långt det går.
Gärna och helst växtbaserade ingredienser.
Kött och kyckling uppfödda under bra förhållanden.



Du kan också vara helt säker på att vår mat inte innehåller industriellt framställda transfetter.



Med vår nya energimarta livsmedelsanläggning har vi investerat i en omställning till grön produktion.



Alla våra varumärken tillverkas helt eller delvis för hand av våra medarbetare i produktionen.



Sedan starten för drygt 20 år sedan har vi hållit fast vid att vår mat ska tillagas av naturliga ingredienser.

Livsmedelssäkerhet

Bosphorus är certifierat enligt FSSC 22000, en kombination av ISO 22000 och ISO/TS 22002-1. Vi arbetar ständigt med utvecklingen av näringsinnehåll, råvaror, ingredienser och inte minst med att tillsatserna ska granskas mot EU:s ekologiska lista.

Bosphorus har även arbetat fram egna riktlinjer vad gäller GMO, industriellt framställda transfetter och smakförstärkare (så som glutamat).

Vi har kontroll på alla steg i livsmedelskedjan och är noggranna med att säkra alla led i processen. Råvarans ursprung kontrolleras av noggrant utvalda leverantörer, vi närförädlar all mat i vår egen livsmedelsanläggning och vi arbetar aktivt med framtagna riktlinjer för att förebygga hälsofaror.

Vårt produktsäkerhetsarbete är vi är stolta över!

Färdigpackat

Du hittar Bosphorus färdigpackade rätter i kyl- och delidiskar hos matvaruaffärer i flertalet städer runtom i Sverige.

Bowls, sallader, wraps och portionsrätter för värmning är några av formaten vi packar vår mat i. Oavsett storlek och innehåll är alla våra produkter närförädlade och producerade i vår egen livsmedelsanläggning och logistiken sker med egna kylbilar ut till återförsäljare.

Våra matkoncept

Storfamilj eller enpersonshushåll, vardagsmiddag, festfirande eller enkel lunch på språng?

Bosphorus matfamilj består av flera olika varumärken. Vi varierar formaten och smakinfluenserna över ett brett register. Gemensamt för alla matkoncept är att de är skapade från grunden och genuint tillagade hos oss på Bosphorus matkluster.



smartmeals

fresh food



Originalt från
Bosphorus



FÄRSK DELIMAT
BOSPHORUS MATKLUSTER
LÖSVIKT

Vi reserverar oss för att näringsvärden och innehåll kan variera. Produktsammansättningen kan ändras något på grund av råvarutillgång. För aktuella och exakta värden hänvisar vi till etikett eller sleeve på respektive produkt.



Nyhet!

Art.nr: 1020

FETAWOW, GREKISK SALLAD

280g
8 °C
5 dgr

Ingredienser

Grillad paprika 24%, frisésallad 20%, fårost 19%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	945 / 228
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	20.6 / 4.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	5.7 / 3.2
Protein(g)	4.5
Salt(g)	1.7

Allergener

MJÖLK.



Art.nr: 1021

LIGUINIDRÖM, TERIYAKI KYCKLING

390g
8 °C
5 dgr

Ingredienser

Krämig linguini 51%, kyckling 12%, teriyakisås 10%, rödkål 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	590 / 139
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	6.0 / 0.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.7 / 4.8
Protein(g)	4.9
Salt(g)	1.1

Allergener

ÄGG, SENAP, SESAMFRÖN, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 1022

RÄKIGA NUDLAR GLASNUDELSALLAD MED RÄKOR

350g
8 °C
5 dgr

Ingredienser

Glasnudlar med inlagda morötter 51 %, handskalade räkor 15%, lime & sesam-dressing 11%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	558 / 132
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.9 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	9.4 / 2.3
Protein(g)	4.0
Salt(ø)	1.4

Allergener

ÄGG, KRÄFTDJUR, SENAP, SESAMFRÖN, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 1025

FLYGANDE PASTA, FJÄRILSPASTA MED AJVAR & CHILI

415g
8 °C
5 dgr

Ingredienser

Pasta med ajvar & chili 41%, kyckling 23%, rödkål 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	674 / 161
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	6.2 / 1.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.4 / 1.7
Protein(g)	10.2
Salt(g)	1.9

Allergener

MJÖLK, SENAP, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 1023

ÖRTIGA NUDLAR, GLASNUDELSALLAD & ÖRTMARINERAD KYCKLING

365g
8 °C
5 dgr

Ingredienser

Glasnudlar med morötter 42%, kyckling 26%, grönsaker 22%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	547 / 130
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.8 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	7.8 / 2.0
Protein(g)	7.4
Salt(g)	1.3

Allergener

ÄGG, SENAP, SESAMFRÖN, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Nyhet!

Art.nr: 1030

DA NANG RISNUDLAR RÄKOR

Ingredienser

Nudlar 26%, morot 17%, rödkål 16%, räkor 15%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	607 / 143
Fett(g) / varav mättat fett(g)	10.6 / 0.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	9.3 / 3.1
Protein(g)	3.1
Salt(g)	1.5



315g

8 °C

8 dgr

Allergener

ÄGG, KRÄFTDJUR, SENAP, SESAMFRÖN,
SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 1031

IOANNINA KRÄMIG PASTA FETAOST KALAMATAOLIVER

Ingredienser

Pasta 47%, ost 11%, morot 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	694 / 166
Fett(g) / varav mättat fett(g)	6.5 / 0.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	20.5 / 2.7
Protein(g)	5.3
Salt(g)	1.4



300g

8 °C

8 dgr

Allergener

MJÖLK, SENAP, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 1032

SHIZOUKA KRÄMIG PASTA TERIYAKI KYCKLING

Ingredienser

Pasta 42%, rödkål 15%, kyckling 15%, morot 9%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	781 / 184
Fett(g) / varav mättat fett(g)	9.7 / 0.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.2 / 3.5
Protein(g)	5.7
Salt(g)	1.5



350g

8 °C

8 dgr

Allergener

ÄGG, SENAP, SESAMFRÖN, SOJABÖNOR,
SPANNMÅL.





Art.nr: 1013

MINI KYCKLINGSALLAD

Ingredienser
Pasta 37%, kyckling 23%, sallad 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	692 / 165
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.8 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.0 / 3.9
Protein(g)	8.2
Salt(g)	0.9



Allergener
ÄGG, SPANNMÅL.



Art.nr: 1015

MINI GREEN SALAD

Ingredienser
Kisir 30%, rödbetsplättar 21%, tabbouleh 14%, tzatziki 14%, vinbladsdolma 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	651 / 225
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.3 / 1.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.3 / 3.3
Protein(g)	4.9
Salt(g)	0.6



Allergener
ÄGG, MJÖLK, SELLERI, SPANNMÅL.



Art.nr: 1019

GRÖNKÅLPESTO PASTA MED KYCKLING

Ingredienser
Pasta 53%, grönkål pesto 27%, kyckling 20%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	986 / 237
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	14.7 / 1.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	17.5 / 1.2
Protein(g)	8.2
Salt(g)	1.2



Allergener
MJÖLK, SPANNMÅL.



Art.nr: 1011

MACKA OMELETT SKINKA CHEDDAR & DIJON

Ingredienser
Surdegbröd 37%, omelett 20%, skinka 11%, cheddar 11%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	949 / 226
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	10.7 / 3.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	22.5 / 1.5
Protein(g)	9.8
Salt(g)	1.5



Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 1012

MACKA KYCKLING & MANGO CURRY

Ingredienser
Surdegbröd 34%, kyckling 28%, mango & currysås 16%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	982 / 236
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	11.3 / 1.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	22.4 / 3.8
Protein(g)	10.1
Salt(g)	1.1



Allergener
ÄGG, SELLERI, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 1016

BOWL RÖDBETSFALAFEL

Ingredienser
Rödbetsfalafel 24%, rödkål 22%, morot 13%, pilav bulgur 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	714 / 201
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	9.1 / 1.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	5.7 / 5.2
Protein(g)	5.3
Salt(g)	1.1



Allergener
MJÖLK, SELLERI, SESAMFRÖN, SPANNMÅL.



Art.nr: 1017

BOWL KYCKLING HIRS

Ingredienser
Grön hirssallad 29%, rödkål 21%, kyckling 12%, morot 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	636 / 152
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.7 / 0.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	14.1 / 4.7
Protein(g)	5.2
Salt(g)	1.2



Allergener
SELLERI, SOJABÖNOR.



Art.nr: 1018

BOWL QUINOASALLAD FALAFEL

Ingredienser
Quinoa 24%, falafel 21%, rödkål 17%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	633 / 147
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.9 / 0.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	14.6 / 4.3
Protein(g)	4.5
Salt(g)	1.0



Allergener
SELLERI, SESAMFRÖN.



Art.nr: 652
TRENDY FRITTERS

Ingredienser
Tzatziki/röror 27%, kisir 22%, rödbetsplättar 13%,
kikärtsplättar 13%, brassicaplättar 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	787 / 292
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	11.2 / 2.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.0 / 3.8
Protein(g)	6.0
Salt(g)	0.8

 550g
 8 °C
 8 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SELLERI, SPANNMÅL.



Art.nr: 651
GRAND VARIATION

Ingredienser
Pilav Bulgur 37%, tzatziki 27%,
kycklingspett 13%, nötfärsjärpe 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	640 / 203
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.2 / 2.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	6.8 / 2.4
Protein(g)	9.3
Salt(g)	0.8

 540g
 8 °C
 8 dgr

Allergener
MJÖLK, SELLERI, SESAMFRÖN, SOJABÖNOR,
SPANNMÅL.



Art.nr: 650
URBAN GREEN

Ingredienser
Quinoa Pilaff 34%, tzatziki 26%, rostade kikärter med
aubergine 12%, zucchiniplättar 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	611 / 247
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	9.1 / 2.1
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.0 / 3.6
Protein(g)	4.7
Salt(g)	0.7

 560g
 8 °C
 8 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SELLERI, SPANNMÅL.



Originalet från
Bosphorus

Art.nr: 306
MEZE DELUXE

Ingredienser
Kisir 19%, tzatziki/röror 15%, kycklingspett 9%, nötfärsjärpe 8%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	702 / 193
Fett(g) / varav mättat fett(g)	9.8 / 2.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	13.3 / 2.3
Protein(g)	7.0
Salt(g)	0.8

	480g
	8 °C
	5 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, NÖTTER, SELLERI, SESAMFRÖN, SPANNMÅL.



Art.nr: 323
BULGUR VEGA

Ingredienser
Kisir 42%, falafel 13%, olivröra 8%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	707 / 169
Fett(g) / varav mättat fett(g)	7.1 / 0.8
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	20.0 / 2.8
Protein(g)	4.6
Salt(g)	1.0

	475g
	8 °C
	5 dgr

Allergener
NÖTTER, SELLERI, SESAMFRÖN, SPANNMÅL.



Art.nr: 802
KYCKLINGWRAP

Ingredienser
Pitabröd 23%, kyckling 20%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	883 / 213
Fett(g) / varav mättat fett(g)	8.1 / 1.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	19.9 / 1.5
Protein(g)	10.8
Salt(g)	1.3

	352g
	8 °C
	5 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SELLERI, SENAP, SPANNMÅL, SESAMFRÖN.



Art.nr: 806
HALLOUMIWRAP

Ingredienser
Pitabröd 22%, halloumi 15%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	972 / 232
Fett(g) / varav mättat fett(g)	11.0 / 3.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	20.3 / 2.0
Protein(g)	8.8
Salt(g)	1.2

	352g
	8 °C
	5 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SESAMFRÖN, SPANNMÅL.



Art.nr: 803
FALAFELWRAP

Ingredienser
Pitabröd 22%, falafel 17%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	924 / 223
Fett(g) / varav mättat fett(g)	8.0 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	26.8 / 3.4
Protein(g)	6.5
Salt(g)	0.8

	363g
	8 °C
	5 dgr

Allergener
SENAP, SESAMFRÖN, SPANNMÅL.





Art.nr: 5-8035

COQ AU VIN PÅ KYCKLING MED POTATISMOS

 420g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Potatismos 38%, coq au vin sås 36%, kyckling 20%.

Allergener

MJÖLK, SELLERI, SPANNMÅL.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	508/122
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	6.0/2.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	8.8/2.9
Protein(g)	7.4
Salt(g)	1.1

Art.nr: 5-8038

KÖTTBULLAR MED GRÄDDSÅS, POTATISMOS & LINGON

 460g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Potatismos 39%, köttbullar 29%, gräddsås 21%.

Allergener

ÄGG, MJÖLK, SELLERI, SPANMÅL.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	635/152
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	10.3/4.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	9.3/2.1
Protein(g)	6.4
Salt(g)	1.1

Art.nr: 5-8034

DAN DAN-NUDLAR MED VEGOFÄRS & FRITERAD AUBERGIN

 430g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Nudlar & Vegofärs 41%, friterade aubergine 18%.

Allergener

SENAPE, SESAMFRÖN, SOJABÖNOR,
SPANNMÅL.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	810/197
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	12.1/1.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	14.7/2.8
Protein(g)	6.4
Salt(g)	1.0

Art.nr: 5-8037

KYCKLING TIKKA MASALA MED BLOMKÅL & RIS

 425g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Tikkasås 38%, ris 37%, kyckling 17%.

Allergener

SELLERI, SPANMÅL.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	669/160
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.4/4.1
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	14.0/1.4
Protein(g)	7.3
Salt(g)	0.9

Art.nr: 5-8036

LASAGNE CARBONARA MED SYRAD KÅL & PERSILJA

 435g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Carbonarasås 74%, garnering 10%.

Allergener

ÄGG, MJÖLK, SPANNMÅL.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1087/260
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	19.0/9.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	13.0/3.0
Protein(g)	8.1
Salt(g)	1.3

Art.nr: 5-8031

LASAGNE MEXICANA MED SOLTORKADE TOMATER

 440g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Kycklingfärsås 42%, ostsås 37%, garnering 12%.

Allergener

ÄGG, MJÖLK, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	676/165
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.4/3.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.1/3.2
Protein(g)	7.3
Salt(g)	1.2

Art.nr: 5-8021

KORV STROGANOFF MED RIS

 430g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Ris 50%, korv stroganoff 45%, broccoli 5%.

Allergener

INGA ALLERGENER.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	616/148
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	6.6/1.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.0/1.5
Protein(g)	4.3
Salt(g)	1.2

Art.nr: 5-8024

PASTA MED TOMATSÅS & MOZZARELLA

 440g
 8 °C
 9 dgr

Ingredienser

Tomatsås med Pasta 77%, mozzarella 7%.

Allergener

MJÖLK, SPANNMÅL.



Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	597/143
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	4.5/1.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	19.7/2.9
Protein(g)	5.4
Salt(g)	0.4

Art.nr: 4432
PASTASALLAD OST &
SKINKA

Ingredienser
Marinerad pasta 43%, ost 11%, skinka 11%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	741 / 179
Fett(g) / varav mättat fett(g)	9.6 / 2.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	16.0 / 2.4
Protein(g)	6.9
Salt(g)	0.8



Allergener
ÄGG, MJÖLK, SPANNMÅL.



Art.nr: 4433
PASTASALLAD KYCKLING

Ingredienser
Marinerad pasta 43%, kyckling 20%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	643 / 153
Fett(g) / varav mättat fett(g)	6.4 / 0.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	16.9 / 3.3
Protein(g)	6.4
Salt(g)	1.0



Allergener
ÄGG, SPANNMÅL.



Art.nr: 4435
PASTASALLAD RÄKOR

Ingredienser
Marinerad pasta 44%, räkor 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	629 / 151
Fett(g) / varav mättat fett(g)	7.0 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	16.1 / 2.5
Protein(g)	5.5
Salt(g)	0.5



Allergener
ÄGG, KRAFTDJUR, SPANNMÅL.



Art.nr: 4442
GRÖNSALLAD GREKISK

Ingredienser
Sallad 26%, vitOST 13%, oliver 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	477 / 114
Fett(g) / varav mättat fett(g)	8.7 / 2.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	4.1 / 2.3
Protein(g)	3.6
Salt(g)	1.1



Allergener
MJÖLK.



Art.nr: 4443
GRÖNSALLAD KYCKLING

Ingredienser
Sallad 25%, kyckling 20%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	427 / 101
Fett(g) / varav mättat fett(g)	4.9 / 0.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	7.7 / 4.2
Protein(g)	5.6
Salt(g)	0.8



Allergener
ÄGG.



Art.nr: 4444
GRÖNSALLAD CEASAR

Ingredienser
Kyckling 29%, sallad 24%, ost 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	658 / 158
Fett(g) / varav mättat fett(g)	10.4 / 3.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	5.1 / 1.5
Protein(g)	10.8
Salt(g)	1.1



Allergener
ÄGG, FISK, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4454
CLUB SANDWICH

Ingredienser
Bröd 41%, kyckling 22%, bacon 7%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	888 / 212
Fett(g) / varav mättat fett(g)	9.7 / 2.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	19.7 / 2.8
Protein(g)	10.6
Salt(g)	1.0



Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4455
SANDWICH SKAGEN

Ingredienser
Bröd 37%, skagenröra 37%, ägg 19%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1147 / 280
Fett(g) / varav mättat fett(g)	18.8 / 1.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.4 / 2.8
Protein(g)	7.8
Salt(g)	1.1



Allergener
ÄGG, FISK, KRÄFTDJUR, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4458
SPICY TUNA – SANDWICH

Ingredienser
Tonfiskröra 42%, Pitabröd 25%, Isbergsallad 18%, Rödkaål 15%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1 029 / 248
Fett(g) / varav mättat fett(g)	15.2 / 1.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.7 / 3.6
Protein(g)	9.3
Salt(g)	2.0

 205g
 8 °C
 6 dgr

Allergener
ÄGG, FISK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4404
WRAP CEASAR

Ingredienser
Kyckling 32%, pitabröd 29%, ost 5%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	763 / 184
Fett(g) / varav mättat fett(g)	5.3 / 1.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	22.5 / 1.7
Protein(g)	11.5
Salt(g)	1.4

 280g
 8 °C
 5 dgr

Allergener
ÄGG, FISK, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4406
WRAP SPICY TUNA

Ingredienser
Tonfiskröra 39%, pitabröd 26%, isbergssallad 19%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	930 / 225
Fett(g) / varav mättat fett(g)	13.4 / 1.1
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	19.3 / 2.5
Protein(g)	8.0
Salt(g)	1.8

 300g
 8 °C
 5 dgr

Allergener
ÄGG, FISK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4422
BAGUETTE KYCKLING

Ingredienser
Ciabatta 49%, kyckling 22%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	935 / 223
Fett(g) / varav mättat fett(g)	10.1 / 1.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	24.0 / 1.4
Protein(g)	8.9
Salt(g)	1.3

 242g
 8 °C
 6 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4423
BAGUETTE OST & SKINKA

Ingredienser
Ciabatta 63%, skinka 13%, ost 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1 031 / 245
Fett(g) / varav mättat fett(g)	9.6 / 3.8
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	29.0 / 1.3
Protein(g)	10.3
Salt(g)	1.4

 230g
 8 °C
 6 dgr

Allergener
MJÖLK, SPANNMÅL.



Art.nr: 4412
SURDEGSFRALLA
OST & SKINKA

Ingredienser
Surdegsbröd 60%, skinka 11%, ost 9%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	898 / 210
Fett(g) / varav mättat fett(g)	7.4 / 3.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	27.3 / 1.2
Protein(g)	8.9
Salt(g)	1.5

 125g
 8 °C
 6 dgr

Allergener
MJÖLK, SPANNMÅL.



Art.nr: 4411
SURDEGSFRALLA OST

Ingredienser
Surdegsbröd 56%, ost 24%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1 034 / 242
Fett(g) / varav mättat fett(g)	11.1 / 5.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	25.6 / 1.0
Protein(g)	10.3
Salt(g)	1.5

 110g
 8 °C
 6 dgr

Allergener
MJÖLK, SPANNMÅL.





Färsk delimat – lösvikt

Vi har ett sextiotal rätter i vårt delimattssortiment. Utöver att de paketeras som lösvikt i olika format, utgör de här rätterna även grunden i flera av våra varumärken och i vår cateringverksamhet. Tonvikten i sortimentet ligger på vegetariska alternativ men vi tillagar givetvis också flertalet kött- och kycklingvarianter.

Allergier och specialkostbehov är inget problem för oss, vi har till exempel flera rätter som är glutenfria, helt växtbaserade och lakto-ovo-vegetariska.

Varje dag levererar vi lösvikt direkt till livsmedelsbutiker och delikatessdiskar över hela landet.

Vi sköter all leverans själva något vi ser som en viktig del i att kunna försäkra oss om att alltid hålla högsta kvalitet.



Filodeg & Plättar

Art.nr: 585
SPENAT & VITOSTFYLLD
FILODEG - BÖREK

Ingredienser
Spenat 34%, filodeg 24%, vitost16%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1277 / 308
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	21.6 / 3.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	21.4 / 1.5
Protein(g)	6.7
Salt(g)	0.9



Allergener
ÄGG, MJÖLK, SPANNMÅL.



Art.nr: 584
RUCCOLA, MOROT &
PURJOLÖKSFYLLD
FILODEG - BÖREK

Ingredienser
Filodeg 52%, morot 11%, purjolök 9%, ruccola 5%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1579 / 381
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	22.8 / 1.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	36.9 / 2.6
Protein(g)	6.5
Salt(g)	0.7



Allergener
ÄGG, SPANNMÅL.



Art.nr: 567
POTATIS & VITOSTFYLLDA
FILODEGSROLLAR -
CIGARRBÖREK

Ingredienser
Potatis 56%, filodeg 14%, vitost 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1461 / 350
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	22.0 / 3.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	30.3 / 2.1
Protein(g)	6.3
Salt(g)	1.5



Allergener
MJÖLK, SPANNMÅL.



Art.nr: 588
SPENATKNYTEN - FATAYER

Ingredienser
Filodeg 51%, spenat 15%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1811 / 435
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	30.9 / 2.1
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	34.4 / 4.6
Protein(g)	4.7
Salt(g)	0.8



Allergener
SPANNMÅL.



Art.nr: 583
ZUCCHINIPLÄTTAR -
MUCVER

Ingredienser
Zucchini 39%, potatis 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	931 / 224
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	14.5 / 1.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.0 / 1.8
Protein(g)	4.7
Salt(g)	1.0



Allergener
ÄGG, SPANNMÅL.



Art.nr: 541
BRASSICAPLÄTTAR

Ingredienser
Broccoli 19%, potatis 19%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1023 / 246
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	15.3 / 1.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	19.9 / 1.6
Protein(g)	6.5
Salt(g)	1.0



Allergener
ÄGG, SPANNMÅL.



Art.nr: 559
MEXIKANSKA
FRIJOLESPÄTTAR

Ingredienser
Potatis 44%, majs 11%, kidneybönor 11%, quinoa 9%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	552 / 131
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	5.2 / 0.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	16.6 / 1.5
Protein(g)	3.8
Salt(g)	0.8



Allergener
ÄGG, SPANNMÅL.



Art.nr: 540
AUBERGINEPLÄTTAR

Ingredienser
Aubergine 27%, potatis 17%, quinoa 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1066 / 256
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	15.1 / 1.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	23.7 / 7.3
Protein(g)	5.2
Salt(g)	1.6



Allergener
ÄGG, SPANNMÅL.



Filodeg & plättar

Art.nr: 574

RÖDBETSPLÄTTAR

Ingredienser

Rödbetor 34%, potatis 15%, quinoa 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1 081 / 260
Fett(g) / varav mättat fett(g)	16.1 / 2.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	21.5 / 4.6
Protein(g)	6.4
Salt(g)	1.2

1000g
8 °C
8 dgr

Allergener

ÄGG, MJÖLK, SPANNMÅL.



Art.nr: 590

KIKÄRTSPLÄTTAR

Ingredienser

Kikärter 24%, potatis 15%, quinoa 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1 128 / 271
Fett(g) / varav mättat fett(g)	15.3 / 1.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.2 / 4.1
Protein(g)	7.2
Salt(g)	1.0

1000g
8 °C
8 dgr

Allergener

ÄGG, SPANNMÅL.



Kött & kyckling

Art.nr: 563

NÖTFÄRSJÄRPAR - MITIT KÖFTE

Ingredienser
Nötfärs 50%, tomatsås 50%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	603/141
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.6 / 2.1
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	5.1/ 2.1
Protein(g)	10.7
Salt(g)	0.6

	1000g
	8°C
	6 dgr

Allergener
SELLERI, SPANNMÅL.



Art.nr: 9-004

KYCKLINGSPETT SWEET CHILI

Ingredienser
Kyckling 84%, sweetchilimarinad 16%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	719/174
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.6 / 2.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	8.2/ 6.8
Protein(g)	16.3
Salt(g)	1.5

	1900g
	8°C
	9 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 576

SOJA & INGEFÄRAMARINERAD KYCKLING

Ingredienser
Kycklinginnerfilé 96%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	754/182
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	5.6/ 0.8
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	0.4/ 0.3
Protein(g)	31.5
Salt(g)	0.3

	1000g
	8°C
	5 dgr

Allergener
SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 558

KYCKLINGSPETT CHILI & KORIANDER

Ingredienser
Kycklinginnerfilé 97%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	699/168
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	6.2/ 0.8
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	1.0/ 1.0
Protein(g)	26.6
Salt(g)	0.9

	1000g
	8°C
	6 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 9-002

KYCKLINGSPETT TEXAS HONEY

Ingredienser
Kyckling 79%, texas honeymarinad 21%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	772/187
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.1/ 2.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	13.0/ 11.0
Protein(g)	15.6
Salt(g)	1.5

	1900g
	8°C
	9 dgr

Allergener
SELLERI, SENAP, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 9-003

KYCKLINGSPETT TERIYAKI

Ingredienser
Kyckling 83%, teriyakimarinad 17%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	733/177
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.7/ 2.6
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	8.2/ 6.0
Protein(g)	16.2
Salt(g)	1.8

	1900g
	8°C
	9 dgr

Allergener
SESAMFRÖN, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Kolhydrater

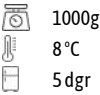
Art.nr: 592

BULGUR FINMALEN – KISIR

Ingredienser

Kokt bulgur 82%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	751 / 180
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	3.0 / 0.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	29.6 / 1.8
Protein(g)	5.5
Salt(g)	0.5



Allergener

SPANNMÅL.



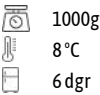
Art.nr: 566

PILAV BULGUR

Ingredienser

Kokt bulgur 86%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	794 / 190
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	4.8 / 0.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	9.3 / 2.0
Protein(g)	5.3
Salt(g)	1.0



Allergener

SPANNMÅL.



Art.nr: 568

QUINOASALLAD

Ingredienser

Quinoa 77%, paprika 10%, persilja 5%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	560 / 135
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	5.1 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	16.5 / 1.8
Protein(g)	4.3
Salt(g)	1.0



Allergener

SELLERI.



Röror

Art.nr: 591

KIKÄRTSRÖRA MED
SESAMPASTA – HUMMUS

Ingredienser

Kikärtor 76%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	986 / 236
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	15.6 / 2.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	13.4 / 0.7
Protein(g)	7.3
Salt(g)	1.4



Allergener

SESAMFRÖN.



Art.nr: 561

MYNTA & VITOSTTZATZIKI
– CANKI

Ingredienser

Yoghurt 85%, vitostt 13%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	279 / 563
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	11.9 / 8.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	4.9 / 3.5
Protein(g)	7.7
Salt(g)	0.8



Allergener

MJÖLK, SELLERI.



Art.nr: 546

GRILLAD AUBERGINERÖRA
– BABGA

Ingredienser

Aubergine 87%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	244 / 58
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	2.5 / 0.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	6.3 / 2.6
Protein(g)	1.3
Salt(g)	1.3



Allergener

INGA ALLERGENER.



Art.nr: 554

KLASSISK TZATZIKI –
CACIK

Ingredienser

Yoghurt 81%, gurka 16%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	457 / 110
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.5 / 6.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	5.0 / 3.3
Protein(g)	5.4
Salt(g)	0.4



Allergener

MJÖLK, SELLERI.



Röror

Art.nr: 560
MOROTSTZATZIKI – LIKYA

Ingredienser
Yoghurt 82%, morot 16%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	533 / 128
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	10.2 / 6.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	5.5 / 4.0
Protein(g)	5.3
Salt(g)	0.6

1000g
8°C
8 dgr

Allergener
MJÖLK.



Art.nr: 565
PIKANT PAPRIKARÖRA – EZME

Ingredienser
Paprika 48%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	487 / 117
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	4.6 / 0.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	14.6 / 5.1
Protein(g)	4.3
Salt(g)	0.4

1000g
8°C
9 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 543
FETAOSTRÖRA – LUTFOSTA

Ingredienser
Fetaost 72%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1184 / 286
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	25.4 / 13.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	1.6 / 1.2
Protein(g)	12.3
Salt(g)	3.5

1000g
8°C
6 dgr

Allergener
MJÖLK.



Art.nr: 582
ZUCCHINI & VALNÖTSTZATZIKI – MAMAGANUSCH

Ingredienser
Yoghurt 76%, zucchini 17%, valnötter 2%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	570 / 137
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	10.5 / 6.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	6.6 / 3.4
Protein(g)	5.7
Salt(g)	0.7

1000g
8°C
5 dgr

Allergener
MJÖLK, NÖTTER, SPANNMÅL.



Art.nr: 564
PAPRIKARÖRA MED VALNÖTTER – MURAFI

Ingredienser
Paprika 75%, valnötter 2%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	692 / 161
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	7.1 / 0.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	20.2 / 3.4
Protein(g)	3.3
Salt(g)	2.0

1000g
8°C
5 dgr

Allergener
NÖTTER, SPANNMÅL.



Vegetariskt

Art.nr: 589
KIKÄRSTBULLAR – FALAFEL

Ingredienser
Kikärtor 53%, lök, 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1427 / 342
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	14.8 / 1.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	40.2 / 7.9
Protein(g)	13.0
Salt(g)	1.1

1000g
8 °C
7 dgr

Allergener
SESAMFRÖN.



Art.nr: 573
RÖDBETSEFALAFEL

Ingredienser
Kikärtor 52%, potatis 11%, rödbetor 11%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1573 / 377
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	15.1 / 1.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	7.2 / 10.2
Protein(g)	14.0
Salt(g)	1.6

1000g
8 °C
6 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 587
LIBANESISK
BULGURSALLAD –
TABBOULEH

Ingredienser
Persilja 44%, bulgur 21%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	461 / 103
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	2.2 / 0.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	8.8 / 3.6
Protein(g)	3.9
Salt(g)	0.2

750g
8 °C
5 dgr

Allergener
SPANNMÅL.



Art.nr: 549
HARICOT VERTS MED
SOLTORKADE TOMATER

Ingredienser
Haricot verts 57%, kronärtshjärtan 18%,
soltorkade tomater 6%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	434 / 105
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	8.4 / 1.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	6.0 / 2.5
Protein(g)	1.9
Salt(g)	1.0

1000g
8 °C
6 dgr

Allergener
SELLERI.



Art.nr: 580
VINBLADSDOLMAR

Ingredienser
Ris 43%, vindruvsblad 11%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	735 / 177
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	10.3 / 0.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.1 / 2.8
Protein(g)	1.9
Salt(g)	0.5

1000g
8 °C
6 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 542
BÖNMIX

Ingredienser
Bönmix 90%, chilisås 5%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	499 / 120
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	4.6 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	9.7 / 1.7
Protein(g)	6.7
Salt(g)	1.4

1000g
8 °C
6 dgr

Allergener
SELLERI, SOJABÖNOR.



Art.nr: 571
ROSTADE RÖDBETOR

Ingredienser
Rödbetor 54%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	502 / 121
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	6.8 / 0.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	12.2 / 9.9
Protein(g)	1.3
Salt(g)	0.5

1000g
8 °C
7 dgr

Allergener
SELLERI.



Art.nr: 572
ROSTAD
ROTFRUKTSALLAD

Ingredienser
Rotfrukter 81%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	261 / 66
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	2.1 / 0.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	8.7 / 5.9
Protein(g)	1.1
Salt(g)	0.9

1000g
8 °C
6 dgr

Allergener
SELLERI.



Vegetariskt

Art.nr: 570
ROSTADE KIKÄRTOR MED
AUBERGINE

Ingredienser
Kikärter 43%, aubergine 43%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1248 / 263
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	20.1 / 1.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	11.7 / 9.2
Protein(g)	5.5
Salt(g)	1.0

1000g
8°C
5 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 562
NUDELSALLAD

Ingredienser
Wokade nudlar 50%, wokade grönsaker 50%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	505 / 120
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	3.3 / 0.3
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	18.5 / 3.2
Protein(g)	4.1
Salt(g)	0.8

1000g
8°C
6 dgr

Allergener
ÄGG, BLÖTDJUR, SESAMFRÖN, SOJABÖNOR, SPANNMÅL.



Art.nr: 548
GRÖN HIRSSALLAD

Ingredienser
Kokt hirs 78%, persilja 6%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1131 / 273
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	12.8 / 1.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	34.6 / 8.1
Protein(g)	4.2
Salt(g)	0.4

1000g
8°C
6 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 547
GRILLADE
MEDELHAVSGRÖNSAKER

Ingredienser
Zucchini 33%, broccoli 33%, haricot verts 17%, paprika 14%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	173 / 41
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	1.6 / 0.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	3.9 / 2.4
Protein(g)	1.9
Salt(g)	0.6

1000g
8°C
6 dgr

Allergener
INGA ALLERGENER.



Art.nr: 545
FÅROST & GRILLADE
GRÖNSAKER

Ingredienser
Fårost 55%, paprika 30%, kronärtskockshjärtan 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1129 / 272
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	23.9 / 3.4
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	3.2 / 2.4
Protein(g)	10.0
Salt(g)	1.6

1000g
8°C
6 dgr

Allergener
MJÖLK.



Art.nr: 578
TOMAT & MOZZARELLA
MED PESTO

Ingredienser
Cocktailtomat 55%, mozzarella 37%, pesto 8%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	508 / 122
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	9.1 / 4.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	2.3 / 2.0
Protein(g)	9.5
Salt(g)	0.5

1000g
8°C
6 dgr

Allergener
MJÖLK.



Art.nr: 544
FRASIG FILODEGSDESSERT
– BAKLAVA

Ingredienser
Nötter 13%, Smör 5%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1397 / 334
Fett(g)/ varav mättat fett(g)	22.6 / 9.5
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	29.3 / 9.9
Protein(g)	5.2
Salt(g)	0.6

1000g
8°C
6 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, NÖTTER, SPANNMÅL.



Art.nr: 4490
SMÖRGÅSTÅRTA
VEGETARISK 8 BITAR

Ingredienser
Sandwichbröd 30%, oströra 29%, yoghurtmajonnäs 14%, ost 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	953 / 228
Fett(g)/varav mättat fett(g)	15.4 / 4.0
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	16.0 / 3.1
Protein(g)	6.6
Salt(g)	0.7

 2000g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4492
SMÖRGÅSTÅRTA
VEGETARISK 12 BITAR

Ingredienser
Sandwichbröd 30%, oströra 29%, yoghurtmajonnäs 14%, ost 12%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	967 / 231
Fett(g)/varav mättat fett(g)	15.6 / 4.1
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	16.3 / 3.1
Protein(g)	6.8
Salt(g)	0.7

 2945g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4485
SMÖRGÅSTÅRTA OST &
SKINKA 8 BITAR

Ingredienser
Sandwichbröd 28%, ost- o skinkröra 27%, yoghurtmajonnäs 13%, ost 11%, skinka 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	934 / 224
Fett(g)/varav mättat fett(g)	14.9 / 4.1
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.0 / 3.0
Protein(g)	7.9
Salt(g)	1.0

 2100g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4488
SMÖRGÅSTÅRTA OST &
SKINKA 12 BITAR

Ingredienser
Sandwichbröd 28%, ost- o skinkröra 27%, yoghurtmajonnäs 13%, ost 11%, skinka 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	947 / 227
Fett(g)/varav mättat fett(g)	15.1 / 4.2
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.3 / 3.0
Protein(g)	8.0
Salt(g)	1.0

 3000g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4486
SMÖRGÅSTÅRTA ROSTBIFF
8 BITAR

Ingredienser
Sandwichbröd 27%, leverpastejröra 26%, yoghurtmajonnäs 13%, rostbiff 9%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	925 / 221
Fett(g)/varav mättat fett(g)	14.3 / 3.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	14.7 / 2.9
Protein(g)	8.5
Salt(g)	1.1

 2100g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4489
SMÖRGÅSTÅRTA ROSTBIFF
12 BITAR

Ingredienser
Sandwichbröd 27%, leverpastejröra 26%, yoghurtmajonnäs 13%, rostbiff 9%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	934 / 224
Fett(g)/varav mättat fett(g)	14.4 / 3.7
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	15.0 / 2.9
Protein(g)	8.6
Salt(g)	1.1

 3071g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4484
SMÖRGÅSTÅRTA LAX &
RÄKOR 8 BITAR

Ingredienser
Skagenröra 25%, sandwichbröd 25%, yoghurtmajonnäs 15%, lax 10%, räkor 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1030 / 250
Fett(g)/varav mättat fett(g)	17.8 / 1.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	13.6 / 2.4
Protein(g)	8.0
Salt(g)	1.2

 2300g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, FISK, KRÄFTDJUR, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Art.nr: 4487
SMÖRGÅSTÅRTA LAX &
RÄKOR 12 BITAR

Ingredienser
Skagenröra 25%, sandwichbröd 25%, yoghurtmajonnäs 15%, lax 10%, räkor 10%.

Näringsvärden	per 100g
Energi kJ/kcal	1036 / 252
Fett(g)/varav mättat fett(g)	18.0 / 1.9
Kolhydrater(g) / varav sockerarter(g)	13.7 / 2.4
Protein(g)	8.0
Salt(g)	1.3

 3400g
 8°C
 2 dgr

Allergener
ÄGG, FISK, KRÄFTDJUR, MJÖLK, SENAP, SPANNMÅL.



Förpackningar och plast

När vi väljer förpackningar till våra produkter är det förpackningsmaterialets återvinningsbarhet och vad som är bäst ur matsvinnssynpunkt som avgör.

Matsvinn är en stor bov i klimatarbetet och plast är i dagsläget oslagbart som förvaringsmaterial till livsmedel. Den plast som redan är i omlopp – som cirkulerar och återvinns – det är den vi ska använda. På så sätt behöver inte ny plast utvinnas ur jordens resurser.

Plast är dessutom ett sk monomaterial, att jämföra med multimaterial som tex pappersförpackningar med en plastlaminering. Monomaterial är lättast att materialåtervinna, multimaterial är svårare att sortera och behöver oftast separeras.

De två varianter av plast vi har till våra produkter idag är PP och Pet. PP är helt återvinningsbar och Pet är det till ca 80 %.

INGREDIENSER:

TONFISKröra 63%, Sandwichbröd 37%.

ÄGGULA, ättika, vinäger, SENAPSRÖ, citronjuice, konserveringsmedel (kaliumsorbat), kryddor, rödkål, majs, spenat, chili, vitlök, stabiliseringsmedel (xantangumi), förtjockningsmedel (acetylerat distärkelseadipat), färgämne (paprikaoleoresin, karnener), gräslök, vitpeppar, VETEmjöl, fullkornsvetemjöl, klippt fullkornsråg, siktat rågmjöl, surdeg på fullkornsråg och VETE, VETEGLUTEN, solrosfrö, rapsolja, malt av KORN, socker, jäst, salt, vatten.

NÄRINGSVÄRDE/100g:

Energi	1047 kJ/247 kcal
Fett/varav mättat fett (g)	15.0/1.2
Kolhydrater/varav sockerarter (g)	18.5/3.4
Protein (g)	9.2
Salt (g)	1.9

VIKT:
205g

Fresh Food

SANDWICH
SPICY
TUNA

Fresh Food
SANDWICH
SPICY
TUNA



VIKT:
205g

INGREDIENSER:
TONFISKröra 63%, Sandwichbröd

ÄGGULA, ättika, vinäger, SENAPSRÖ, konserveringsmedel (kaliumsorbat), kryddor, rödkål, majs, spenat, chili, vitlök, stabiliseringsmedel (xantangumi), förtjockningsmedel (acetylerat distärkelseadipat), färgämne (paprikaoleoresin, karnener), gräslök, vitpeppar, VETEmjöl, fullkornsvetemjöl, klippt fullkornsråg, siktat rågmjöl, surdeg på fullkornsråg och VETE, VETEGLUTEN, solrosfrö, rapsolja, malt av KORN, socker, jäst, salt, vatten.

Fresh Food

SANDWICH
SPICY
TUNA

Catering

NATURLIGA RÅVAROR, BALJVÄXTER, RÖROR & MÅNGA VEGETARISKA ALTERNATIV

Välj bland flera förkomponerade menyer eller sätt ihop din egen cateringmeny från ett sextiototal rätter i vårt lösviktssortiment.

Välkommen att utforska vårt utbud av mat och välj det som passar ert event.



RÄTTER SOM PASSAR ALLERGIER OCH SPECIALKOST

Vi anpassar gärna menyer efter önskemål och allergier. Flertalet av våra rätter är helt växtbaserade, lakto-vegetariska eller glutenfria med mera.

Prata med oss om era behov och önskemål så skräddarsyr vi och komponerar därefter.



I APRIL 2021 FLYTTADE VI HELA VERKSAMHETEN TILL VÅR
EGEN NYBYGGDA ENERGISMARTA LIVSMEDELSFABRIK I
SÖDRA STOCKHOLM.



Kvalitets- och livsmedelssäkerhetspolicy

Vid en utblick ser vi en dyster världssituation där krig och aggressioner intensifieras. Vi har en minst sagt akut klimatutveckling som kräver stora förändringar i bland annat energiförsörjning, handel och konsumtion.

Även om ekonomiexperter säger sig se ljus i tunneln förutspås 2024 att bli lika tufft för konsumenterna som 2023 har varit. Läget ger en försiktig inställning, det är sunt och riktigt att hålla i plånboken i osäkra tider men det förändrar det ekonomiska landskapet.

Omvärldsläget bromsar takten för våra egna hållbarhetsambitioner men vi gör inte avkall på kvalitetsarbetet. Tänka nytt blir lösningen framåt, genom att skruva på strategier, produktionsprocesser och produktutbud ska vår sortimentsportfölj och vårt arbetssätt bli ännu mer hållbart. De globala faktorer vi inte kan påverka får vi acceptera men den egna verksamheten kan vi styra och finjustera.

KVALITETSARBETE

Bosphorus matkluster har producerat färsk färdiglagad mat i över 20 år. Produkterna säljs av återförsäljare i manuella delidiskar, livsmedelsbutiker, matautomater, personalmatsalar och mer därtill. Vi producerar även mat till andra aktörers varumärken.

Tillagning och paketering sker i egen klimatsmart anläggning på Lovisebergs Industriområde i Tumba och vi har egen logistik som levererar över hela landet. På det här sättet har vi tagit kontroll över aspekter som energiförbrukning i produktion och minimering av utsläpp genom välplanerade samkörningar.

Vi bedriver ett systematiskt kvalitetsarbete inom livsmedelssäkerhet, produktkvalitet, råvarans ursprung och hantering, produktionens klimatavtryck, förpackningsmaterial och logistik.

Hållbarhets- och kvalitetsaspekten finns med i alla beslut i verksamheten för att kunna förbättra och justera processer. Vi följer lagar, standarder och föreskrifter. I vårt Hållbarhetsdokument (www.bosphorus.se) redovisar vi konkreta mål och verksamhetens position i relation till globala och nationella initiativ.

FOKUS PÅ FORTSATT UTVECKLING

Vi har under de senaste åren utvecklat ett eget mjukvarubaserat verktyg för styrning och kontroll av alla processer från råvarans inköp, förädling, planering, provtagningar, kontroller och logistik fram till slutkunden.

Nästa steg är att bygga en egen databas för att kunna följa klimatpåverkan från fastigheten, produktionsprocesser och logistik ner till varje enskild produkt.

Den ekonomiska situationen, tillgången på råvaror och andra orsaker har också föranlett att vi startat en större inventering och analysering av vårt produktsortiment. Detta för att kalibrera utifrån lönsamhetsaspekter såväl som hållbarhet och kvalitet.

De senaste årens utmaningar påverkar oss som arbetar med livsmedel fundamentalt och vi efterlyser ett nytt sätt att tänka för hela branschen.

Vi vill se mer flexibilitet och ha möjlighet att byta råvaror efter säsong och tillgång. Vi vill kunna använda förpackningar och format som är bra både ur matsäkerhet- och klimathänseende.

På beslutsfattarnivå måste politiken inse att det är nödvändigt med lönsamhet för alla i kedjan om vi ska kunna tillgodose den nationella livsmedelsstrategin som är uppsatt av regeringen för 2030.

Hela kedjan behöver kroka arm och jobba tillsammans för att kunna sätta nyttig, god och prisvärd mat på våra bord.





Tuna Gårdsväg 34, 147 43 Tumba
0046 (8) 619 00 40
info@bosphorus.se | www.bosphorus.se

DIN LEVERANTÖR AV FÄRSK FÄRDIGLAGAD MAT.