

EN Moroccan Lentils Pot 110g

Ingredients: Rice, lentils (24%), sweet potatoes, carrots, bell peppers, onions, spinach, rapeseed oil, garlic, salt, ground cumin, smoked pepper powder, curry powder, turmeric, ground cinnamon, chilli flakes. *This product is produced in a facility that processes celery, mustard and milk.*

EE Maroko Läätepadada 110g

Koostisosad: riis, läätsed (24%), bataat, porgand, paprika, sibul, spinat, rapsiõli, küüslauk, sool, jahv, vürtskõõmned, suitsutatud paprikapulber, karripulber, kurkum, jahvatatud kaneel, tšillihelbed. *Tulenevalt tootmisliinist võib toode sisaldada vähesel määral sellerit, sinepit ja piima.*

DE Marokkanischer Linsentopf 110g

Zutaten: Reis, Linsen (24%), Süßkartoffel, Karotte, Paprika, Zwiebel, Spinat, Rapsöl, Knoblauch, Salz, gemahlener Kreuzkümmel, geräuchertes Paprikapulver, Currypulver, Kurkuma, gemahlener Zimt, Chiliflocken. *Im Betrieb werden auch Produkte verarbeitet, der Sellerie, Senf und Milch enthalten.*

FI Marokkolainen linssipata 110g

Ainesosat: riisi, linssit (24%), bataatti, porkkana, paprika, sipuli, pinaatti, rapsiöljy, valkosipuli, suola, juustokuminajauhe, savupaprikajauhe, curry-jauhe, kurkuma, kanelijauhe, chillihiuteleht. *Tuote on valmistettu tiloissa, joissa käsitellään selleriä, sinappia sekä maitoa.*

ES Estofado de lentejas al estilo marroquí

Ingredientes: arroz, lentejas (24%), batatas, zanahorias, pimientos, cebollas, espinacas, aceite de colza, ajo, sal, comino molido, pimienta en polvo ahumada, curry en polvo, cúrcuma, canela molida, hojuelas de chile. *Puede contener trazas de apio, mostaza y leche.*

SE/NO/DK Marokkansk linsegryte 110g

Ingredienser: ris, linser (24%), sötpotet/sød kartoffel, gulrot/morot, paprika, løk, spinat, rapsolje, hvitløk, salt, malt spisskummen/spidskommen, røkt paprika-pulver, karri-/currypulver, gurkanemeie, malt kanel, chiliflak. *Avhengig/Beroende av produksjonslinjen kan produktet inneholde spor av selleri, sennep og melk/mjølke.*

FR Pot-au-feu à lentilles à la marocaine

Ingédients: Riz, lentilles (24%), patates douces, carottes, poivrons, oignons, épinards, huile de colza, ail, sel, cumin moulu, poudre de poivron fumé, poudre de curry, curcuma, cannelle moulue, flocons de piment. *Fabriqués dans un atelier qui utilise du céleri, la moutarde et du lait.*

ZH 茄汁牛肉義大利麵 115克

成分: 義大利麵 (41%) (小麥粉、水、薑黃)、碎蕃茄、牛肉 (13%)、洋蔥、芹菜、菜籽油、香料、大蒜、鹽。
該產品在加工芹菜、芥末和牛奶的設施中生產，所有成分都已冷凍乾燥。



Instructional videos: tacticalfoodpack.com/instructional_videos

EN: Remove the oxygen absorber before or after adding water!
DE: Bitte entfernen Sie den Sauerstoffabsorber möglichst bevor Sie Wasser zugeben!
ES: ¡Retire el sobre de absorción de oxígeno antes o después de añadir agua!
FR: Retirez l'absorbeur d'oxygène avant d'ajouter l'eau!
EE: Eemalda hapnikueemaldi enne või pärast vee lisamist!
FI: Poista hapenpoistaja ennen veden lisäämistä tai sen jälkeen!
SE/NO/DK: Ta ut/Avlægsna oksygenabsorbenten før eller etter tilsetning av vann!
ZH: 加水前請取出防潮包!

Nutrition Facts / Nährwerte / Valores nutricionales / Valeurs nutritionnelles / Toiteväärtused / Ravintosisältö / Næringsinnhold / Näringsinnehåll / 營養價值	Per Serving / Pro Portion / Por ración Par portion de / Portsioni kohta / Annosta kohden / Per portion / 每份 (110g)	100g
Energy / Energie / Contenido energético / Contenu énergétique / Energiasisaldus / Energiaa / Energi / 熱量	2019kJ/480kcal	1835kJ/436kcal
Fat / Fett / Grasas / Graisses / Rasvad / Rasvaa / Fett / Fedt / 脂肪	14,8g	13,4g
of which Saturated Fats / davon gesättigte Fettsäuren / ácidos grasos saturados / acides gras saturés / millest küllastunud rasvad / josta tyydyttyneitä rasvahappoja / varav mäitat fett / heraf mættede fedtsyrer / 飽和脂肪酸	1,1g	1g
Carbohydrates / Kohlenhydrate / Carbohidratos / Hydrates de carbone / Süsivesikud / Hiilihydraatid / Karbohydrater / 碳水化合物	74,1g	67,4g
of which Sugars / davon Zucker / de los cuales azúcares / dont sucre / suhkru / josta sokereita / hvorav/varav sukkerarter / 含醣	17g	15,5g
Protein / Eiweiß / Proteínas / Protéines / Valgud / Proteiinia / Protein / 蛋白質	12,3g	11,21g
Salt / Salz / Sal / Sel / Sool / Suolaa / Salt / 鹽 (NaCl)	2,75g	2,5g

Produced by: Tactical Solution OÜ, Farmi tee 18, 70101 Viiratsi, ESTONIA.
tacticalfoodpack.com



#tacticalfoodpack
#thebestoutdoormeal

Best before: See package



All ingredients are freeze-dried



4 744698 013077