



Mette Munk[®]

Bake-off

SORTIMENTSKATALOG





AUTENTISK [aw'tæn'tisk] = SAND, VIRKELIG, ÆGTE, RIGTIG

Autenticitet er en grundsten hos Mette Munk, som følger os i alt fra vores råvarer, recepter, færdige produkter og til os mennesker, som gør Mette Munk levende. Vi går ikke på kompromis med vores ægte, originale opskrifter eller på kvaliteten af vores bagværk. Vores bake-off er baseret på godt, solidt håndværk.

Der var engang, hvor autentisk hjemmebak ikke kunne købes!

Vi starter den ægte vare for dig, men bagefornøjelsen og duften af nybagt er din.

Som hjemmebak, bare nemmere - se det er en sand historie!



INDHOLD

Nybagt	Side	3	Franskbrød og madbrød	Side	16
Bageguide	Side	4	Kuvertbrød og baguetter	Side	18
Det skal du vide	Side	5	Tø og server sandwichbrød	Side	20
Morgenbrød	Side	6	Rustikke sandwichbrød	Side	23
Birkes	Side	9	Tærter	Side	24
Bæredygtig bake-off	Side	10	Symboler	Side	25
Bløddej og wienerbrød	Side	12	Ingredienslister	Side	26

HOS OS ER VI IKKE FIRKANTEDE...

...SÅ VI HAR LAVET TREKANTEDE NYHEDER!

Sæt tænderne i vores nye trekantede Go' morgen lapper, så undgår du en firkantet start på dagen. Der er tre sprøde varianter - en lys med surdej, et smagfuldt salt og peber stykke samt en dejlig fuldkornsvariant. Noget for enhver smag - så er den i vinkel, som man siger!

Vi har også sørget for et par lækre nye sandwichbrød. En blød og saftig Munkebolle med gulerod og solsikkekerner og en flot, rød italiener med temperament - Rosso stykke med chili.

Go' morgen lapper!



Ny serie af sprøde, trekantede morgenstykker. Se mere på side 6!

Italiener med temperament!



Rosso stykke med chili. Se mere på side 20!

Ny munkebolle!



Ny Café munkebolle med gulerod og solsikkekerner. Se mere på side 21!

BAGEGUIDE

Produkt	Optøning 	Bagetid v. 180°C 	Klar til servering
Morgenbrød	Nej	9-11 min.	
Birkes	Nej	18 min.	
Wienerbrød - Store wienerbrød - Mini wienerbrød - Stænger / Høj snegl	Nej	18 min. 15 min. 26 min./22 min.	Det afkølede wienerbrød dekorerer med glasur, hvis vedlagt.
Bløddej - Stænger - Snegle	Ja Snegle kan bages fra frost, men kan også med fordel optøs inden bagning!	18-20 min. 16 min. fra frost 15 min. optøet	De afkølede bløddæjsprodukter dekorerer.
Tø & Server sandwichbrød	Ja	-	
Rustikke sandwichbrød	Nej	7-11 min.	
Baguetter	Nej	11 min.	
Madbrød og Franskrød	Ja. Natten over på køl eller ved stuetemperatur i 2-3 timer.	11 min.	
Kuvertbrød	Nej	6 min.	
Tærter	Nej	30 min.	

6 GODE TIPS FRA BAKE-OFF EKSPERTEN:

1. Lær din ovn at kende

En ovn skal "bages til", så du lærer den at kende. Du skal vide, hvor mange plader den kan bage ad gangen, hvis det hele skal være bagt perfekt.

Find korrekt bagetemperatur i netop din ovn. 180°C er den vejledende temperatur, men det kan variere en smule fra ovn til ovn. Produkterne skal altid være perfekt bagt efter den angivne tid. Hvis produkterne er for lyse eller mørke, justeres temperaturen en anelse op eller ned.

2. Hold stabil bagetemperatur

Forvarm ovnen – gerne til 220°C i ca. 10 minutter. Så kompenserer du for det varmetab, der opstår når ovnlågen åbnes ved indsætning af brød.

Fordel plader jævnt i ovnen for at sikre bedst mulig cirkulation af den varme luft og for at sikre bedst muligt bageresultat.

Husk altid at vurdere produkterne, inden de tages ud af ovnen – pro-

dukterne skal have en ensartet gylden farve i både top og bund. Wienerbrød bages altid på bagepapir med 4-5 cm afstand mellem produkterne. Sørg for at have produkter i hjørnerne, således at papiret ikke blæser ind over dem ved bagning. Forbagte produkter bages altid direkte på en bagerist eller en perforeret bageplade. De forbagte produkter placeres med min. 1 cm afstand mellem hinanden.

3. Bag løbende hele dagen

Der er intet, der slår duften af nybagt brød! Sørg for at bage løbende hen over dagen, så duften kan give dine kunder en skøn og appetitvækkende velkomst, der stimulerer købelysten.

4. Præsenter produkterne flot

Vi spiser også med øjnene! Når duften har lokket dine kunder hen til dit bake-off udvalg, bør du præsentere det flot. Små skilte med bonusoplysninger om produktet så som "Bagt i stenovn" er

et kvalitetsstempel og en serviceinformation til dine kunder.

5. Minimer dit spild

Når du bager af løbende over dagen kan du minimere dit spild. Udnyt eller genanvend dit eventuelle spild til gavn for din økonomi og miljøet. Daggammelt brød kan laves til rasp, brødknops og croustons eller sælges til nedsat pris til andemad eller dyrefoder. Wienerbrødet kan nemt laves til lækre romkugler. Spørg din konsulent efter vores opskrift! Du kan også donere dit overskud, når dagen er omme, til hjemløse eller fødevarerbanker og informere om dette til dine kunder.

6. Spørg din konsulent

Husk, at din konsulent altid er klar til at hjælpe dig med idéer, ekspertise eller vejledning. Vores mål er at hjælpe dig med at give dine kunder markedets bedste bake-off.



DÉT SKAL DU VIDE!

Sprøde facts om vores populære rundstykker.

HÅNDVÆRKER

Sprød
Lækker
Klassisk



Bagt på
hulplader i stikovn.
Håndopslået.



HÅNDVÆRKER GRÆSKARKERNER

9% græskarkerner
Nøglehulsmærket
Afbalanceret
nøddesmag



SKAGENSLAP

Stor og klassisk
Drys i top og bund
Smagfuld og
aromatisk



SKAGENSLAP FULDKORN

Nøglehulsmærket
Fuldkornsmærket
10 % havregryn
Drys i top og bund



BONDESTYKKE, MØRK

12% kartoffel
Bagt med rug og malt
Aromatisk maltsmag



GO' MORGEN LAP, FULDKORN

Nøglehulsmærket
Fuldkornsmærket
Chiafrø



BONDESTYKKE, LYS

12% kartoffel
Mildt i smagen
Sprød skorpe



Bagt i stenovn.
Drysset i top
og bund.
Håndopslået.

GO' MORGEN LAP, SALT OG PEBER

Nigella frø
Bagt med knuste,
tørrede hvedekerner



BONDESTYKKE, GULEROD

12% gulerod
6% græskar- og
solsikkekerner
Mildt i smagen



GO' MORGEN LAP, SURDEJ

Bagt med hvede-
surdej
Tynd, sprød skorpe



MORGENBRØD



Nyhed!



Go' morgen lap, salt og peber

Varenr.: 604575
Vægt 80g – 40 stk. pr. karton

Mørkt morgenstykke bagt med fuldkornshvedemel, knuste hvedekerner og malt. Særlig smagfuld og lækker topping med salt, peber, sesam og nigellafrø.

Nyhed!



Go' morgen lap, surdej

Varenr.: 604574
Vægt 70g – 40 stk. pr. karton

Luftigt og saftigt morgenstykke bagt med hvedemel og surdej. Sprød, tynd og lækker skorpe drysset med durum.

Nyhed!



Go' morgen lap, fuldkorn

Varenr.: 604573
Vægt 80g – 40 stk. pr. karton

Fuldkorns morgenstykke med mørk, rustik og saftig krumme. Bagt m. fuldkornshvedemel og malt. Toppet med smagfulde hørfrø og chiafrø. Sej og lækker skorpe. **7,4% kostfibre. 37% fuldkorn.**



Håndværker

Varenr. 604472
Vægt 70g – 40 stk. pr. karton

Flot, autentisk håndværker. Blød og let krumme, samt tynd, sprød skorpe, dækket med blå birkes.



Håndværker græskarkerner

Varenr. 604479
Vægt 80g – 40 stk. pr. karton

Autentisk håndværker m. bløde rugkerner der giver struktur. Græskarkerner i dejen og som topping. Sprød skorpe og luftig krumme. Smag af rug og havre. **5,1% kostfibre.**



Skagenslap

Varenr. 604466
Vægt 90g – 35 stk. pr. karton

Stor, autentisk skagenslapper m. smagfuld fuldkornshvedemel og luftig krumme. Sprød skorpe. Toppet med birkes og sesamfrø. Med solsikkekerner i bunden.



Skagenslap fuldkorn

Varenr. 604468

Vægt: 100g – 35 stk. pr. karton

Stort, indbydende morgenstykke m. smagfuld fuldkornshvedemel. Toppet m. havreflager og m. solsikkekerner i bunden. Saftig, let krumme. Tynd, sprød skorpe. **6,1% kostfibre. 42% fuldkorn.**



Bondestykke, gulerod

Varenr. 844794

Vægt 90g – 75 stk. pr. karton

Flot, rustikt morgenstykke med sprød skorpe. Bagt med surdej, kartoffel og gulerod, der bidrager til en mere aromatisk, saftig og frisk smag. Toppet med hørfrø og havreflager.



Sprødt
morgenbrød,
duftende
nybagt på kun
9-11 minutter!



Bondestykke, lyst

Varenr. 847036

Vægt 90g – 80 stk. pr. karton

Sprødt, rustikt morgenstykke bagt på surdej og kartoffel, som giver aroma og en dejlig saftig krumme.



Bondestykke, mørkt

Varenr. 847042

Vægt 90g – 80 stk. pr. karton

Mørkt morgenstykke bagt med surdej, kartoffel og malt. Sprød skorpe og aromatisk, fugtig krumme.



Øko brunch stykker mix

Varenr. 604510

Vægt ca. 50g – 54 stk. pr. karton

Mix af vores økologiske brunch stykker i fin, delikat størrelse. Indeholder: Øko brunch håndværkere, Øko brunch rugstykker m. græskarkerner, Øko brunch kartoffelstykker.



Brunch stykker, mix

Varenr. 604572

Vægt 50g – 54 stk. pr. karton

Mix af vores klassiske rundstykker i fin størrelse til den mindre sult el. sammen m. andre lækkerier. Indeholder: Brunch stykker med blå birkes, Brunch stykker med græskarkerner, Brunch stykker med fuldkorn.



Øko brunch håndværker

Varenr.: 604509

Vægt 50g – 60 stk. pr. karton

Økologisk håndværker i delikat størrelse. Bagt med skoldet rug, surdej og lys malt, som giver optimal smag, saftighed og fylde. Drysset med klassiske blå birkes.



Øko brunch rugstykke med græskarkerner

Varenr.: 604507

Vægt 50g – 60 stk. pr. karton

Økologisk græskarstykke. bagt m. skoldet rug, surdej, græskarkerner og bygmalt for masser af smag og saftighed. Drysset m. havreflager og græskarkerner. Delikat str.



Øko brunch kartoffelstykke

Varenr.: 604506

Vægt 50g – 60 stk. pr. karton

Økologisk kartoffelstykke i fin, mindre str. bagt med skoldet rug, surdej, bygmalt og kartoffel for ekstra smag, saftighed og fylde. Mild smag af kartoffel. Solsikke-kerner indeni og hørfrø på toppen.



Øko brunch rugstykke med sesam

Varenr.: 604508

Vægt 50g – 60 stk. pr. karton

Økologisk rugstykke med sesam. Bagt med skoldet rug og surdej som giver optimal smag og saftighed. Lækker nøddeagtig smag fra ristede sesamfrø. Fin, delikat størrelse.



Brunch stykke med blå birkes

Varenr.: 604566

Vægt 50g – 60 stk. pr. karton

Flot, autentisk håndværker. Blød og let krumme samt tynd, sprød skorpe, dækket m. blå birkes. Delikat størrelse til den mindre sult eller sammen m. andre lækkerier.



Brunch stykke med græskarkerner

Varenr.: 604567

Vægt 50g – 60 stk. pr. karton

Sprød håndværker m. bløde rugkerner der giver struktur og lækre græskarkerner i dejen og som topping. Luftig krumme. Smag af rug og havre. Delikat str. **4,4 % kostfibre.**



Brunch stykke m. fuldkorn

Varenr.: 604568

Vægt 50g – 60 stk. pr. karton

Fuldkornshåndværker m. sprød skorpe. Blød krumme af fuldkornshvede. Smagfuld topping af havreflager, solsikkekerner og hørfrø. Delikat str. **6,1% kostfibre. 42% fuldkorn.**



Brunch stykke Skagen

Varenr. 604571

Vægt 50g – 65 stk. pr. karton

Autentisk skagenslap m. smagfuld fuldkornshvedemel og luftig krumme. Sprød skorpe. Toppet m. birkes og sesamfrø. Solsikkekerner i bunden. Fin, delikat størrelse til den mindre sult eller sammen med andre lækkerier.



Brunch stykke, rustikt

Varenr.: 604569

Vægt 55g – 70 stk. pr. karton

Håndopslået, mørkt rundstykke m. dybde og sødme fra ristet malt. Bagt på stenplade for en sprød skorpe og saftig krumme. Delikat størrelse til den mindre sult eller sammen med andre lækkerier.

BIRKES



Thebirkes

Varenr. 608040

Vægt 90g – 48 stk. pr. karton

Stor og sprød thebirkes toppet med blå birkes og fyldt med sød og karamelliseret remonce.



Birkes

Varenr. 608043

Vægt 90g – 48 stk. pr. karton

Stor og luftig klassisk birkes med lyse birkesfrø. En rig og fyldig smag.



Grovbirkes

Varenr. 608042

Vægt 90g – 48 stk. pr. karton

Flot og luftig birkes med havre-flager og hørfrø. Dejlig knasende topping af hvedekerner og hørfrø. Grov og sprød.

BÆREDYGTIG BAKE-OFF!

Bag scenen på Mette Munk arbejdes der målrettet for mere bæredygtig bake-off.

Fra ansvarlige leverandører, egen produktion og til genanvendelse af madaffald.

HOS OS ARBEJDER FREMTIDEN I NUTIDEN.



REFOOD CERTIFICERET

GENANVENDELSE AF MADAFFALD I SAMARBEJDE MED DAKA REFOOD

Som Refood certificeret virksomhed går al madaffald fra Mette Munk til Daka Refood, som genanvender affaldet i produktionen af biogas - et CO₂-venligt alternativ til forbrænding.

Genanvendt svarer vores mængde madaffald til:



Næring nok til at gøde 861.696 kg gulerødder



17.740 dage varme i en gennemsnits-husstand



485.443 kWh = 376.464 kg reduceret CO₂-udslip



VERDENSMÅL for bæredygtig udvikling

INDSTILLING TIL KLIMAPRISEN

På baggrund af omfattende varmegenvindingsprojekter (vist på grafikken til højre), blev Mette Munk indstillet af Miljøforum Fyn til Verdensmål Udvalgets pris: Klimaprisen 2019.



BÆREDYGTIG PALMEOLIE

Mette Munk er RSPO-certificeret på SG niveau.

Et udpluk af...

CO₂ BESPARENDE PROJEKTER

METTE MUNK A/S

VARME

VARMEGENVINDING

Ved at genvinde overskudsvarme fra kompressorer lukker vi:

101 tons CO₂ mindre
ud i det fri!

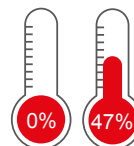
Det svarer til 50
husstandes årsforbrug.

50 X



Fabrikkens varmekonsum som
dækkes af varmegenvinding:

47% selvforsynende!



Før

Efter projektet

VARMEGENVINDING TIL PERMAFROSTSIKRING

I et lukket system bruges kølevand
fra kompressorer til opvarmning af
gulv i fryselager. Herved undgås
dannelse af permafrost.

Elforbrug før: **45.249 kWh/år**

Elforbrug efter projektet: **0 kWh/år**

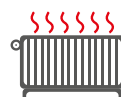
Besparelse i CO₂ fra tidligere elforbrug til
nuværende udnyttelse af spildvarme fra
kølevand:

17,3 tons CO₂

OPGRADERING AF RADIATORVENTILER

Udskiftning af radiatorventiler i alle
kontorer til Danfoss Link system.

50% varmebesparelse!

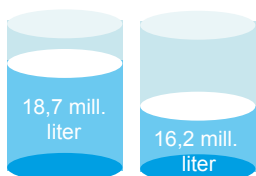


3,5
tons CO₂
mindre

VAND VANDBESPARELSE

Omstilling fra manuel lavtryksspuling til
automatisk højtryksspuling ved rengøring
af bånd, giver stor vand- og CO₂ besparelse.

13%
vandbe-
sparelse!



2018

2019

Besparelse på varmt vand alene:

1326 liter pr. døgn
2,7 tons CO₂

LYS

61,2
tons CO₂
mindre



UDSKIFTNING AF LYSARMATURER

500 stk. lysstofrør udskiftet
til energibesparende LED.

Indendørs belysning:

5 x længere levetid

Udendørs belysning:

25 x længere levetid

LUFT

46,7
tons CO₂ mindre

AFLUFTNING AF KØLEANLÆG

Sænkning af kondensatortryk
i kølesystem betyder langt
mindre CO₂ udslip og energi-
forbrug.



6%
energibe-
sparelse!

BLØDDEJ OG WIENERBRØD



Kan med fordel optøs og herefter bages i 15 min.

Poetsnegl

Varenr.: 608060

Vægt 105g – 36 stk. pr. karton
Glasur og bageforme vedlagt

Saftig snegl i lækker bløddej med masser af let knasende, aromatisk kanelremonce.



HC Andersen stang

Varenr.: 608063

Vægt 375g – 20 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Premium bløddejsstang med fyldig smag af marcipan og sød, blød creme. Pyntet med smagfulde, hakkede mandler.



Kannelsnegl

Varenr. 608004
Vægt 88g – 48 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Stor snegl i luftig wienerbrødsdej med aromatisk kanelremonce.



Høj snegl

Varenr. 608009
Vægt 110g – 36 stk. pr. karton

Flot, høj snegl i sprød og luftig wienerbrødsdej og masser af aromatisk kanelremonce. Skal bages i bagering for ekstra højde.



Wienerpekan

Varenr. 608005
Vægt 95g – 48 stk. pr. karton

Sprødt wienerbrød, toppet med pekannødder. Fyldt af karamelliseret remonce med ahornsirup.



Spandauer med creme

Varenr. 608000
Vægt 100g – 48 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Stor og luftig spandauer med en blød og fyldig vaniljecreme med ægte Bourbon vanilje. Dekoreret med ristede hasselnøddeflager.



Spandauer med hindbær

Varenr. 608001
Vægt 100g – 48 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Stor og luftig spandauer med saftig REAL FRUIT hindbærfylling. Den naturlige smag af hindbær.



Muscovado / Farin fætter

Varenr. 608013
Vægt 100g – 48 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Sprødt, flettet wienerbrød toppet med vaniljecreme med ægte Bourbon vanilje. Fyldt med remonce af aromatisk muscovadosukker.



Cremebolle

Varenr. 608008
Vægt 95g – 48 stk. pr. karton

Stor og luftig cremebolle i fin wienerbrødsdej. Fyldt med rund og fyldig creme.



Favorit wienermix

Varenr. 608035
Vægt 90-100g – 48 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Mix af store, klassiske wienerbrødsfavoritter. Indeholder: Wienerpekan, Kannelsnegl, Spandauer med hindbær og Spandauer med creme med ægte Bourbon vanilje.



Baronessetang

Varenr. 603056

Vægt 450g – 15 stk. pr. karton

Flot og sprød wienerbrødsstang med masser af sød remonce og fyldig creme. Pyntet med hasselnøddeflager og perlesukker.



Mini kanelnegl

Varenr. 608022

Vægt 42g – 120 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Sprød, lille kanelnegl i luftig wienerbrødsdej med aromatisk kanelremonce.



Mini wienerbrød, assorteret

Varenr. 608025

Vægt 42g – 120 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Populært mix af søde mini-størrelser. Indeholder: Kanelnegl, wienerpekan og spandauere med fyld af æble, hindbær og creme med ægte Bourbon vanilje.



Mini spandauer med creme

Varenr. 608020

Vægt 42g – 120 stk. pr. karton
Glasur vedlagt

Luftig, lille spandauer i sprød wienerbrødsdej med en blød, fyldig vaniljecreme med ægte Bourbon vanilje.





INNOVATIVT WIENERBRØD AF BEDSTE KVALITET

- OG NÅR VI SIGER KVALITET, SÅ MENER VI DET:

- Bager bedre, større og flottere
- Let og sprød dej
- Bevarer friskhed i længere tid
- Dokumenteret lang holdbarhed, fremragende kvalitet selv efter 12 måneder på frost

FACTS, DER VIL NOGET:

- 100% vegetabiliske olier og fedtstoffer
- Ingen hærdede eller delvist hærdede olier og fedtstoffer
- Bæredygtig RSPO-certificeret palmeolie
- Ingen transfedtsyrer
- Kun æg fra fritgående høns
- Ingen kunstige farve- og smagsstoffer - ægte Bourbon vanilje
- Glasur uden tilsat farvestof
- Saltindhold under 1%, og for de fleste varianter under 0.35%
- Mel uden stråforkorter



Real fruit system

Vores frugtfyldninger laver vi selv, og de smager af rigtige frugter og bær, fordi det netop er dét, de er lavet af. Så ingen dikkedarer - med andre ord:

- Ingen modificeret stivelse
- Ingen frugtkoncentrat
- Ingen konserveringsmidler
- Ingen kunstige smagsstoffer
- Frugternes egen smag

FRANSKBRØD OG MADBRØD



Stjernebrød

Varenr. 604560

Vægt 550g – 8 stk. pr. karton

Håndopslået, groft stenovnsbagt landbrød. Bagt på skoldet rug og surdej for masser af smag, og med drys af hørfrø, ristede sesamfrø, solsikke- og rugkerner.



Jupiterbrød

Varenr. 604561

Vægt 550g – 8 stk. pr. karton

Håndopslået, stenovnsbagt kartoffelbrød. Mildt og saftigt brød bagt med skoldet rug og surdej, som giver god smag. Med sprød skorpe og smagfulde kartoffelflager.



Månebrød

Varenr. 604562

Vægt 550g – 8 stk. pr. karton

Håndopslået, mørkt durumbbrød. Bagt i stenovn på surdej, skoldet rug, mørk ristet malt og italiensk durumhvedemel. Med græskar-kerner. Sprødt ydre og tæt krummestruktur.



Kometbrød

Varenr. 604563

Vægt 550g – 8 stk. pr. karton

Håndopslået birkesbrød. Klassisk, lyst brød, med masser af smag fra skoldet rug og surdej - bagt i stenovn og med smagfulde blå birkes på toppen.



Planetbrød mix

Varenr. 604565

Vægt: 550g – 8 stk. pr. karton

Mix af 4 fantastisk sprøde og velsmagende helbrød - et brød til enhver lejlighed. Alle håndopslåede og bagt med skoldet rug, som gør dem super saftige. 2 stk. Stjernebrød, 2 stk. Jupiterbrød, 2 stk. Månebrød, 2 stk. Kometbrød.





Olivenbrød

Varenr.: 604856

Vægt 350g – 12 stk. pr. karton

Fyldigt, firkantet madbrød med store, smagfulde Kalamata olivenstykker. Bagt i stenovn. Ca. 19 cm.



Chiabrød

Varenr.: 604857

Vægt 380g – 14 stk. pr. karton

Smukt snoet madbrød med græskarkerner og masser af sunde, proteinholdige chiafrø. Flot gul farve fra gurkemeje. Ca. 19 cm.



Italiensk landbrød

Varenr. 604851

Vægt 450g – 12 stk. pr. karton

Flot hvedebrød med rugsurdej, bagt efter italiensk tradition med en smule olie. Har en krumme med god smag og luftig struktur. Ca. 18 cm.



Munkebrød

Varenr. 604551

Vægt: 450g – 8 stk. pr. karton

Rustikt og flot brød med sprød skorpe. Bagt på hvede- og rugmel for en luftig krumme med en god, dyb smag fra bl.a. mørk malt. Ca. 17 cm.



Stenovnsbagt landbrød, lyst

Varenr. 40871000

Vægt: 550g – 12 stk. pr. karton

Rustikt, stenovnsbagt landbrød bagt på hvede og surdej. Den aflange facon byder på flere skiver. Ca. 25 cm.



Stenovnsbagt landbrød, mørkt

Varenr. 40943000

Vægt: 550g – 12 stk. pr. karton

Mørkt landbrød bagt på rugmel, byg malt, hvede og surdej. Bagt i stenovn for et rustikt udseende. Den aflange facon byder på flere skiver. Ca. 25 cm.



Gorm, rustikt landbrød

Varenr. 604554

Vægt 450g – 10 stk. pr. karton

Rustikt, håndopslået landbrød. Bagt på hvede i stenovn. Brødet har haft lang hviletid for at opnå saftig krumme og masser af smag. Sprød skorpe. Ca. 34 cm.



Thyra, rustikt landbrød mørkt

Varenr. 604555

Vægt 450g – 10 stk. pr. karton

Rustikt, håndopslået landbrød m. mørk krumme. Bagt i stenovn for sprød skorpe. Smagfulde hørfrø og sesamfrø i dejen. Lang hviletid for smag og luftighed. Ca. 34 cm.

Forbedret kvalitet!
Drys i både top og bund!



Valdemar fuldkorn landbrød

Varenr. 604531

Vægt: 450g – 10 stk. pr. karton

Håndopslået, stenovnsbagt landbrød bagt på fuldkornshvedemel. Let krumme. Sprød skorpe. Masser af drys i både top og bund. **6,9 % kostibre. 41% fuldkorn.** Ca. 34 cm.



Santino landbrød med sojabønner

Varenr. 604553

Vægt: 400g – 10 stk. pr. karton

Rustikt landbrød efter italiensk opskrift m. rugmel og surdej. Tilsat proteinholdige, gule sojabønner, der giver mild nøddeagtig smag og spændende udseende. Ca. 37 cm.



Santino landbrød med soltørret tomat

Varenr. 604552

Vægt: 400g – 10 stk. pr. karton

Rustikt landbrød med surdej efter italiensk opskrift. Med varme krydderier som karry, rosmarin, timian og soltørret tomat for en karakteristisk, smagfuld krumme. Ca. 37 cm.



Rustikke madbrød, mix

Varenr. 604550

Vægt: 400-450g – 10 stk. pr. karton

Mix af rustikke, stenovnsbagte madbrød. Ca. 34-37 cm. 2 stk. Gorm rustikt landbr., 2 stk. Thyra rustikt landbr. mørkt, 2 stk. Valdemar fuldkorn landbr., 2 stk., Santino landbr. m. soltørret tomat, 2 stk. Santino landbr. m. sojabønner.

□ ndret mix!

KUVERTBRØD OG BAGUETTER



Øko kuvertstykker

Varenr. 604505

Vægt 35g – 50 stk. pr. karton

Økologisk kuvertstykke bagt i stenovn med italiensk fuldkornsdurum og kartoffel. Smagfuld og saftig krumme. Tynd skorpe og kort bid. Også anvendelig som gnavebolle og mini sandwich.



Lyse kuvertstykker

Varenr. 604503

Vægt 35g – 100 stk. pr. karton

Lyst, håndopslået kuvertstykke af hvedemel. Bagt i stenovn for rustikt udseende.



Mørke kuvertstykker

Varenr. 604504

Vægt 35g – 100 stk. pr. karton

Mørkt, håndopslået kuvertstykke af hvedemel og byg malt. Bagt i stenovn for rustikt udseende.



Stenovnsbaguette, 115g

Varenr. 604706

Vægt 115g – 45 stk. pr. karton

Rustik, stenovnsbagt baguette, bagt på hvede og surdej efter fransk tradition. Fin, lys krumme og en tynd, sprød skorpe. Ca. 23 cm.



Stenovnsbaguette, mørk 115g

Varenr. 604707

Vægt 115g – 45 stk. pr. karton

Stenovnsbagt, rustik og mørk baguette. bagt med havre, byg og rug. Fin krumme og en tynd, sprød skorpe. Ca. 23 cm.



Stenovnsbaguette, 440g

Varenr. 604704

Vægt 440g – 16 stk. pr. karton

Rustik, stenovnsbagt baguette, bagt på hvede efter fransk tradition. Fin, lys krumme og en tynd, sprød skorpe. Ca. 54 cm.



Stenovnsbaguette, mørk 440g

Varenr. 604705

Vægt 440g – 16 stk. pr. karton

Stenovnsbagt, rustik og mørk baguette. Bagt med havre, byg og rug. Fin krumme og en tynd, sprød skorpe. Ca. 54 cm.



Baguette Parisien, grov 58cm

Varenr. 604709

Vægt 440g – 20 stk. pr. karton

Mørk baguette med havre, rug og kerner. Fin krumme og en tynd, sprød skorpe. Ca. 58 cm.

TØ OG SERVER SANDWICHBRØD



Nyhed!



Rosso stykke

Varenr.: 604536

Vægt 125g – 30 stk. pr. karton

Rosso med lækker chilipesto - passer perfekt til en klassiker som f.eks. Margarita; Tomat, mozzarella og frisk basilikum. Lun den evt i klaprister. Ca. 18 cm.



Øko Vitalia stykke

Varenr.: 604559

Vægt 125g – ca. 30 stk. pr. karton

Mørk ristet malt, italiensk fuldkornsdurum, surdej og kartoffel danner basen for dette lækre, økologiske sandwichbrød. Toppen knaser af chiafrø og gule hørfrø. Er perfekt på farten - kort og blødt bid. Ca. 18 cm.



Bianca stykke

Varenr.: 604557

Vægt 125g – ca. 30 stk. pr. karton

Italiensk durum og surdej danner tilsammen en fantastisk smag og en saftig krumme. De mørke hørfrø giver bid og konsistens. Toppen er drysset med durumhvede som gør den dejlig sprød i en varm panini-rister. Ca. 18 cm.



Nero stykke

Varenr.: 604558

Vægt 125g – ca. 30 stk. pr. karton

Mørk ristet malt og surdej giver masser af smag samt en dejlig, saftig krumme. Godt med bid og konsistens fra de mørke hørfrø. Drysset med durumhvede - det gør den super sprød i en varm panini-rister. Ca. 18 cm.

Nyhed!



Munkebolle med gulerod

Varenr.: 604490

Vægt 105g – 28 stk. pr. karton

Let, luftig bolle med knas og smag. Bagt med solsikkekerner, gulerod og gulerodspuré. Serveres f.eks. med smurt feta-creme, fintsnittet kål og grillet lam. Ca. 14 cm.



Café munkebolle, fuldkorn

Varenr. 604492

Vægt 110g – 28 stk. pr. karton

Bagt med masser af fuldkorn og havre som giver sødme og energi samt robusthed. Prop den med kærlighed og grove grøntsager. **6,4 % kostfibre, 45% fuldkorn.** Ca. 14 cm.



Café munkebolle med urter

Varenr. 604494

Vægt 105g – 28 stk. pr. karton

Urter og spinat giver denne bolle masser af smag og et super flot ydre. Brug den sammen med lette smage f.eks. fisk, æg, rejer, fløde-ost eller kylling. Ca. 14 cm.



Café munkebolle med chili

Varenr. 604493

Vægt 105g – 28 stk. pr. karton

Munkebolle med sød chili og paprika åbner op for smagsløgene. Prøv den med okse, kylling eller pulled pork. Ca. 14 cm.



Café munkebolle, italiensk

Varenr. 604491

Vægt 105g – 28 stk. pr. karton

Bagt efter italienske forskrifter m. smagfuld olivenolie, timian og salt. Prøv den med Parmaskinke, mozzarella og semi-dried tomater el. til din oksekødsburger. Ca. 14 cm.





Café burgerbolle, fuldkorn

Varenr. 604512

Vægt 90g – 30 stk. pr. karton

Luftig fuldkornsbagt burgerbolle m. masser af smag. Smør den m. sød dressing og syltige grøntsager og top med grillet bøf. **6,6% kostfibre. 47% fuldkorn.** Ca. 12 cm.



Café burgerbolle, rustik

Varenr.: 604514

Vægt 95g – 35 stk. pr. karton

De grovvalsedde durumkerner og fuldkornshvedemel giver brødet et rustikt ydre samt en dyb smag. Passer perfekt som byens yndlings-cafeburger. **5,7% kostfibre. 42% fuldkorn.** Ca. 12 cm.



Café burgerbolle

Varenr.: 604850

Vægt 100g – 36 stk. pr. karton

Bagt efter original foccacia opskrift med surdej og olie. Passer perfekt til 200 g. oksekød med brun sovs henover. Ca. 14 cm.



Café burgerbolle, gourmet

Varenr. 604513

Vægt 90g – 30 stk. pr. karton

En luftig klassiker med masser af smagfulde sesamfrø på toppen. Når din burger bare skal være lidt lækkerere. Ca. 12 cm.



Alle vores tøj- og servér-brød er tilmed forskårne – så bliver det ikke nemmere!



Ciabatta stykke

Varenr. 20611088

Vægt 115g – 60 stk. pr. karton

Italiensk Ciabatta opskrift m. surdej og ekstra jomfru olivenolie. Drysset m. semuljemel, som gør den særlig god til panini sandwich. Prøv den med Parmaskinke, chili aioli og gouda ost. Ca. 18,5 cm.



Rugbolle med græskarkerner

Varenr. 604570

Vægt 110g – 30 stk. pr. karton

Klassisk rugbolle, m. god smag af surdej, og masser af græskarkerner på toppen. Kort i biddet - nem at spise. Perfekt til klassisk fyld, som frikadelle, flæskesteg og roastbeef, el. en let m. avocado. Ca. 12 cm.



Protein burgerbolle pre-cut

Varenr.: 604605

Vægt: 120g x 80 stk. pr. karton

Sund og trendy bolle proppet med proteiner og energi. Prøv den som morgenburger m. omelet og bacon, eller laks og spinat. **24% protein, 12% kulhydrat, 9,8g. kostfibre.** Ca. 11 cm.

RUSTIKKE SANDWICHBRØD



Rusticata

Varenr. 30771095

Vægt 120g – 65 stk. pr. karton

Fransk udseende, men italiensk smag og blødhed. Bagt på durumhvede, semuljemel, surdej og ekstra jomfru olivenolie. Prøv den som en ny udgave af klassisk kylling/karry baguette. Ca. 23 cm.



Alle vores
sandwichbrød
er forskårne
- dét er nemt at
arbejde med!



Gorm stykke

Varenr.: 604532

Vægt 110g – 30 stk. pr. karton

Kongen af sandwich - rustik, sej og håndopslået. Stenovnsbagningen giver en perfekt sprød skorpe og masser af robusthed. Super velegnet til våde salater som fx tun-salat og rejesalat. Ca. 15 cm.



Thyra stykke

Varenr. 604533

Vægt 110g – 30 stk. pr. karton

Dronningen i serien. Sprødt og mørkt stenovnsbagt sandwichbrød, tilsat ekstra hør- og sesamfrø for en dybere, sødere smag. Prøv som ristet panini m. rucicola, brie, æbler og landskinke. Ca. 15 cm.



Valdemar fuldkorn stykke

Varenr. 604530

Vægt: 110g – 30 stk. pr. karton

Den mørke konge, som er bagt med fuldkornsmel og fyldt med lækre hørfrø, solsikkekerner og hvedeflager. Særlig velegnet til røget laks og avocado. **6,9% kostfibre. 41% fuldkorn.** Ca. 15 cm.



Husk:

Vores usødede tærtebund egner sig også perfekt til søde tærter.

F.eks. pæretærte med mandelcrumble eller bærtærte.

TÆRTER



Usødet tærtebund

Varenr. 605014
Vægt 160g – 12 stk. pr. karton
Diameter 17 cm

Ubagt og usødet mørdejs-tærtebund, der gør det nemt og hurtigt at lave lækre tærter med spændende fyld.



Porretærte med bacon

Varenr. 609552
Vægt 400g – 10 stk. pr. karton
Diameter 17 cm

Sprød fuldkornstærtebund. Lækkert fyld med porrer og bacondryss.

SYMBOLER

ET NEMT OG HURTIGT OVERBLIK

Ved hvert produkt har vi angivet nogle symboler, som hjælper dig med hurtigt at aflæse, hvordan du håndterer hvert enkelt produkt.



BAGETID

Produkterne skal bages i de angivne minutter.



BAGT I STENOVN

Produkterne er bagt i stenovn for saftig krumme og sprød skorpe.



BAGT MED SURDEJ

Produkterne er bagt med surdej, for en autentisk smagsoplevelse.



FORSKÅRET

Produkterne er forskårne for nem håndtering.



FROST

Produkterne skal bages direkte fra frost.



OPTØS FØR BAGNING

Produkterne skal optøs før de bages.



TØ OG SERVER

Produkterne skal bare optøs og er straks herefter klar til servering. Ingen bagning nødvendig.

EU ØKOLOGI LOGO



Produkterne er økologiske og produceret samt kontrolleret efter retningslinjerne i EU's økologiforordning.



FULDKORNSMÆRKET OG NØGLEHULSMÆRKET

Produkterne er godkendt til Fuldkornsmærket og/eller Nøglehulsmærket. Mærkerne er din garanti for mindre fedt, salt og sukker og et større indhold af kostfibre og fuldkorn.



100% VEGANSK

Produkterne er 100% veganske, dvs indeholder ingen animalske ingredienser.

Hos Mette Munk har vi masser af særdeles smagfulde brød som er 100% veganske og derfor helt uden animalske ingredienser, som kød, æg og mejeriprodukter.

MORGENBRØD

604575 Go' morgen lap, salt/peber
604574 Go' morgen lap, surdej
604573 Go' morgen lap, fuldkorn
844794 Bondestykke, gulerod
847036 Bondestykke, lyst
847042 Bondestykke, mørkt
604572 Brunch stykke mix
604571 Brunch stykke Skagen
604566 Brunch stk. med blå birk
604567 Brunch stk. m. græskarkern.
604568 Brunch stykke m. fuldkorn
604569 Brunch stykke rustikt
604509 Øko brunch håndværker
604507 Øko br. rugstk. m. græskarkern.
604506 Øko brunch kartoffelstykke
604508 Øko brunch rugstyk. m. sesam
604510 Øko brunch stykker mix
604466 Skagenslapper
604468 Skagenslapper fuldkorn
604472 Håndværker
604479 Håndværker græskarkerner

MADBRØD OG FRANSKBRØD

604554 Gorm rustikt landbrød
604555 Thyra rustikt landbr. mørkt
604531 Valdemar fuldkorn landbrød
604552 Santino landbr. m. soltør. tomat
604553 Santino landbr. m./sojabønner
604550 Rustikke madbrød, mix
604856 Olivenbrød
604857 Chiabrød
604851 Italiensk landbrød
604551 Munkebrød
40871000 Stenovnsbagt landbrød lyst
40943000 Stenovnsbagt landbrød mørkt
604565 Planetbrød mix
604560 Stjernebrød
604561 Jupiterbrød
604562 Månebrød
604563 Kometbrød

KUVERTBRØD OG BAGUETTER

604505 Øko kuvertstykker
604503 Lyse kuvertstykker
604504 Mørke kuvertstykker
604706 Stenovnsbaguette, 115 g
604707 Stenovnsbag, mørk, 115 g
604709 Baguette Parisien grov
604704 Stenovnsbaguette, 440 g
604705 Stenovnsbag, mørk, 440 g

TØ OG SERVER

SANDWICHBRØD

604536 Rosso stykke
604559 Øko Vitalia stykke
604557 Bianca stykke
604558 Nero stykke
20611088 Ciabatta stykke
604605 Protein burgerbol. pre-cut
604570 Rugbolle m. græskarkerner
604490 Café munkebolle, gulerod
604493 Café munkebolle, chili
604491 Café munkebolle, italiensk
604494 Café munkebolle, urter
604492 Café munkebolle, fuldkorn
604850 Café burger bolle

RUSTIKKE

SANDWICHBRØD

30771095 Rusticata
604532 Gorm stykke
604533 Thyra stykke
604530 Valdemar fuldkorn stykke

MORGENBRØD

GO' MORGEN LAP, SALT OG PEBER

Varenummer: 604575
Vægt: 40 x ca. 80g.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **fuldkornshvedemel**, **hvedekerner**, hørfrø, 2,5% sesamfrø, 1,6% salt, 1,5% nigellafrø, rapsolie, gær, **bygmalte**, sukker, **hvedegluten**, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, 0,4% sort peber, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja, valnødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi 1261 kJ/301 kcal
Fedt 6,2 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,8 g
Kulhydrat: 51 g - heraf sukkerarter: 1,6 g
Kostfibre: 3,9 g
Protein: 9,8 g
Salt: 1,6 g

GO' MORGEN LAP, SURDEJ

Varenummer: 604574
Vægt: 40 x ca. 70g.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **rugsurdej** (rugmel, vand), 2,6% durum **hvedemel**, salt, gær, rapsolie, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja, sesam, valnødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi 1116 kJ/266 kcal
Fedt 2,2 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,2 g
Kulhydrat: 53 g - heraf sukkerarter: 0,5 g
Kostfibre: 1,9 g
Protein: 7,9 g
Salt: 1,6 g

GO' MORGEN LAP, FULDKORN

Varenummer: 604573
Vægt: 40 x ca. 80g.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

37% **fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, vand, 8% hørfrø, 3% chiafrø, **hvedegluten**, gær, **bygmalte**, æblefibre, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmidler (askorbinsyre, amylase, xylanase).

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja, sesam, valnødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi 1292 kJ/307 kcal
Fedt 6,3 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,9 g
Kulhydrat: 52 g - heraf sukkerarter: 1,6 g
Kostfibre: 7,4 g
Protein: 11,1 g
Salt: 0,9 g

ØKO BRUNCH HÅNDVÆRKER

Varenummer: 604509
Vægt: 60 x ca. 50g.



Økologisk, forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **rugmel**, 3% birkes*, gær*, **bygmalte**, salt, rørsukker*, tørsurdej* (**hvede**).

*økologisk

Kan indeholde spor af æg, mælk og sesam.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi 1182 kJ/282 kcal
Fedt 2,3 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,30 g
Kulhydrat: 54 g - heraf sukkerarter: 2,5 g
Kostfibre: 3,8 g
Protein: 8,2 g
Salt: 1,6 g

ØKO BRUNCH RUGSTYKKE MED GRÆSKARKERNER

Varenummer: 604507
Vægt: 60 x ca. 50g.



Økologisk, forbagt brødstykke med græskarkerner. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, 12% græskarkerner*, vand, 3% **rugmel**, **havregryn**, gær*, salt, **bygmalte**, rørsukker*, tørsurdej* (**hvede**).

*økologisk

Kan indeholde spor af æg, mælk og sesam.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1369 kJ/327 kcal
Fedt: 6,6 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,3 g
Kulhydrat: 54 g - heraf sukkerarter: 2,1 g
Kostfibre: 4,3 g
Protein: 10 g
Salt: 1,5 g

ØKO BRUNCH KARTOFFELSTYKKE

Varenummer: 604506
Vægt: 60 x ca. 50g.



Økologisk, forbagt brødstykke med kartoffel. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 8% kartoffelflager*, solsikkefrø*, **rugmel**, hørfrø*, **bygmalte**, gær*, salt, rørsukker*, tørsurdej* (**hvede**).

*økologisk

Kan indeholde spor af æg, mælk og sesam.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1303 kJ/312 kcal
Fedt: 3,9 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,4 g
Kulhydrat: 58 g - heraf sukkerarter: 2,4 g
Kostfibre: 4,7 g
Protein: 9,0 g
Salt: 1,5 g

ØKO BRUNCH RUGSTYKKE MED SESAM

Varenummer: 604508
Vægt: 60 x ca. 50g.



Økologisk, forbagt brødstykke med sesamfrø. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 8% **sesamfrø***, 3% **rugmel***, hørfrø*, birkes*, **bygmalte**, gær*, salt, rørsukker*, tørsurdej* (**hvede**).

*økologisk

Kan indeholde spor af æg og mælk.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1367 kJ/334 kcal
Fedt: 8,0 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,1 g
Kulhydrat: 54 g - heraf sukkerarter: 2,5 g
Kostfibre: 5,2 g
Protein: 10 g
Salt: 1,6 g

ØKO BRUNCH STYKKER, MIX

Varenummer: 604510
Vægt: 54 x ca. 50g.



18 stk. 604509
Øko brunch håndværker (50g)

18 stk. 604506
Øko brunch kartoffelstykke (50g)

18 stk. 604507
Øko brunch rugstykke med græskarkerner (50g)

Se produktblad med ingrediensliste og næringsindhold på www.mettemunk.dk

BRUNCH STYKKE MED BLÅ BIRKES

Varenummer: 604566
Vægt: 60 x ca. 50g.



Forbagt mini-brødstykke med blå birk. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 4% blå birk. gær, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1155 kJ/276 kcal
Fedt: 2,5 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,6 g
Kulhydrat: 55 g - heraf sukkerarter: 1,4 g
Kostfibre: 3,8 g
Protein: 8,2 g
Salt: 1,5 g

BRUNCH STYKKE MED GRÆSKARKERNER

Varenummer: 604567
Vægt: 60 x ca. 50g.



Forbagt mini-brødstykke med græskarkerner. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 9% græskarkerner, **rugkerner**, **rugmel**, gær, **havregryn**, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1217 kJ/291 kcal
Fedt: 4,9 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,9 g
Kulhydrat: 51 g - heraf sukkerarter: 1,6 g
Kostfibre: 4,4 g
Protein: 9,1 g
Salt: 1,0 g

BRUNCH STYKKE MED FULDKORN

Varenummer: 604568
Vægt: 60 x ca. 50g.



Forbagt mini-fuldkornsbrødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, 32% **fuldkornshvedemel**, vand, 10% **havreflager**, 3% solsikkekerner, 3% hørfrø, gær, **bygmalte**, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1200 kJ / 286 kcal
Fedt: 4,1 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,6 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 2,1 g
Kostfibre: 6,1 g
Protein: 9,5 g
Salt: 1,0 g

BRUNCH STYKKE SKAGEN

Varenummer: 604571
Vægt: 65 x ca. 50g.



Forbagt mini-brødstykke med blå birk. sesam og solsikkekerner. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, 12% solsikkekerner, vand, **fuldkornshvedemel**, 4% birk. frø, gær, salt, rapsolie, 1% **sesamfrø**, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1454 kJ/346 kcal
Fedt: 9,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,2 g
Kulhydrat: 54 g - heraf sukkerarter: 1,7 g
Kostfibre: 4,9 g
Protein: 11 g
Salt: 1,6 g

MORGENBRØD

BRUNCH STYKKE RUSTIKT

Varenummer: 604569
Vægt: 70 x ca. 55g.



Forbagt mini-brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, salt, gær, sukker, **bygmalt**, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1043 kJ/249 kcal
Fedt: 2,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,4 g
Kulhydrat: 48 g - heraf sukkerarter: 0,1 g
Kostfibre: 4,1 g
Protein: 8,3 g
Salt: 1,3 g

BRUNCH STYKKER MIX

Varenummer: 604572
Vægt: 54 x ca. 50g.



18 stk. 604566
Brunch stykke med blå birkes (50g)
18 stk. 604567
Brunch stykke med græskarkerner (50g)
18 stk. 604568
Brunch stykke med fuldkorn (50g)

Se produktblad med ingrediensliste og næringsindhold på www.mettemunk.dk

HÅNDVÆRKER

Varenummer: 604472
Vægt: 40 x ca. 70g.



Forbagt rundstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 4% birkesfrø, gær, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1241 kJ/296 kcal
Fedt: 2,7 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,3 g
Kulhydrat: 59 g - heraf sukkerarter: 1,4 g
Kostfibre: 4,2 g
Protein: 8,8 g
Salt: 1,6 g

HÅNDVÆRKER MED GRÆSKARKERNER

Varenummer: 604479
Vægt: 40 x ca. 80g.



Forbagt rundstykke med græskarkerner. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 9% græskarkerner, **rugkerner**, **rugmel**, gær, **havregryn**, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1287 kJ/307 kcal
Fedt: 5,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,2 g
Kulhydrat: 53 g - heraf sukkerarter: 2,3 g
Kostfibre: 5,1 g
Protein: 9,6 g
Salt: 1,0 g

SKAGENSLAPPER

Varenummer: 604466
Vægt: 35 x ca. 90g.



Forbagt rundstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 11% solsikkekerner, **fuldkornshvedemel**, 3% birkesfrø, gær, salt, rapsolie, 1% **sesamfrø**, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1351 kJ/324 kcal
Fedt: 8,3 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,9 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 1,4 g
Kostfibre: 4,5 g
Protein: 10 g
Salt: 1,5 g

SKAGENSLAP FULDKORN

Varenummer: 604468
Vægt: 35 x ca. 100g.



Forbagt fuldkornsrundstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

32% **fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, vand, 10% **havregryn**, 8% solsikkekerner, gær, sukker, salt, æblefiber, **bygmalt**, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargummi).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi 1194 kJ/285 kcal
Fedt: 5,2 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,7 g
Kulhydrat 47 g - heraf sukkerarter: 1,8 g
Kostfibre: 6,1 g
Protein: 9,8 g
Salt: 0,8 g

BONDESTYKKE, LYST

Varenummer: 847036
Vægt: 80 x ca. 90g.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 12% kartoffelflager, surdej (vand, **hvedemel**, **rugmel**), gær, **hvedegluten**, salt, sukker, **bygmaltekstrakt**, **hvedemaltmel**, pre-gelatiniseret **hvedemel**.

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja og sesam.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1202 kJ/284 kcal
Fedt: 1,9 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,2 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 1,0 g
Kostfibre: 2,6 g
Protein: 16 g
Salt: 1,4 g

BONDESTYKKE, MØRKT

Varenummer: 847042
Vægt: 80 x ca. 90g.



Forbagt, mørkt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 12% kartoffelflager, surdej (vand, **hvedemel**, **rugmel**), gær, **hvedegluten**, salt, ristet **hvedemaltmel**, sukker, **bygmaltekstrakt**, **hvedemaltmel**, pre-gelatiniseret **hvedemel**.

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja og sesam.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1208 kJ/285 kcal
Fedt: 1,9 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,2 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 1,0 g
Kostfibre: 2,7 g
Protein: 16 g
Salt: 1,4 g

BIRKES

THEBIRKES

Varenummer: 608040
Vægt: 48 x ca. 90g.



Forhævet, ubagt wienerbrød med 19% remoncefyld.
Dybfrossen.

Ingredienser:

Vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), **hvedemel**, vand, sukker, 2,5% birkesfrø, **æggeblomme**, abrikoskernemasse (sukker, abrikoskerner, vand, **mandelhinder**, majsstivelse), gær, cremepulver (sukker, modificeret kartoffelstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**, kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat, diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blandede carotener)), rørsukkersirup, vallepulver (**mælk**), dextrose, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisatorer (natriumalginat, pektiner), salt, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1763 kJ / 421 kcal
Fedt: 31 g - heraf mættede fedtsyrer: 12 g
Kulhydrat: 32 g - heraf sukkerarter: 7,5 g
Protein: 4,2 g
Salt: 0,30 g

BIRKES

Varenummer: 608043
Vægt: 48 x ca. 90g.



Forhævet, ubagt birkes. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), 3% birkesfrø, gær, sukker, **æggeblomme**, stabilisator (pektiner), salt, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, vallepulver (**mælk**), melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder, pekannødder og mandler.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1343 kJ/321 kcal
Fedt: 16 g - heraf mættede fedtsyrer: 6,0 g
Kulhydrat: 37 g - heraf sukkerarter: 2,4 g
Protein: 5,9 g
Salt: 0,62 g

GROVBIRKES

Varenummer: 608042
Vægt: 48 x ca. 90g.



Forhævet, ubagt birkes med hørfrø og hvedekerner.
Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), 4% **havreflager**, 3% hørfrø, gær, sukker, **æggeblomme**, 2% **hvedekerner**, **bygmaltekstrakt**, salt, dextrose, stabilisatorer (pektiner), emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), vallepulver (fra **mælk**), melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder, pekannødder og mandler.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1357 kJ/324 kcal
Fedt: 16 g - heraf mættede fedtsyrer: 6,4 g
Kulhydrat: 37 g - heraf sukkerarter: 2,4 g
Kostfiber: 3,1 g
Protein: 6,2 g
Salt: 0,78 g

BLØDDEJ OG WIENERBRØD

POETSNEGL

Varenummer: 608060
Vægt: 36 x ca. 105 g +
2 x 150 g hvid glasur



Forhævet, ubagt blødddej med 33% kanelremonce.
Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), salt, surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), vand, sukker, **æggeblomme**, rørsukkersirup, gær, modificeret kartoffelstivelse, 1% kanel, glukosepulver, **sødmælkspulver**, hævemidler (natriumcarbonat, diphosphater), dextrose, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), salt, stabilisatorer (natriumalginat, pektiner, guar gummi), **mandelmel**, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder og pekannødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1534 kJ/367 kcal
Fedt: 21 g - heraf mættede fedtsyrer: 8,0 g
Kulhydrat: 40 g - heraf sukkerarter: 16 g
Protein: 4,0 g
Salt: 0,33 g

HC ANDERSEN STANG

Varenummer: 608063
Vægt: 20 x ca. 375 g +
3 x 150 g hvid glasur



Forhævet, ubagt bløddejsstang med 34% cremeremoncefyld. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), salt, surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), sukker, cremepulver (sukker, modificeret kartoffelstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**, kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat, diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blandede carotener)), abrikoskernemasse (sukker, abrikoskerner, vand, **mandelhinder**, majsstivelse), **æggeblomme**, gær, **mandler**, vallepulver (**mælk**), glukosepulver, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, hævemidler (natriumcarbonat, diphosphater), salt, stabilisatorer (natriumalginat, pektiner, guar gummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1383 kJ / 330 kcal
Fedt: 18 g - heraf mættede fedtsyrer: 6,8 g
Kulhydrat: 38 g - heraf sukkerarter: 13 g
Protein: 4,3 g
Salt: 0,28 g

KANELSNEGL

Varenummer: 608004
Vægt: 48 x ca. 88g +
2 x 150g hvid glasur.



Forhævet, ubagt wienerbrød med kanelremonce.
Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), vand, sukker, **æggeblomme**, rørsukkersirup, gær, modificeret kartoffelstivelse, 1% kanel, **sødmælkspulver**, **mandelmel**, salt, dextrose, stabilisatorer (natriumalginat, pektiner), emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder og pekannødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1598 kJ/382 kcal
Fedt: 24 g - heraf mættede fedtsyrer: 9,1 g
Kulhydrat: 38 g - heraf sukkerarter: 16 g
Protein: 3,6 g
Salt: 0,33 g

HØJ SNEGL

Varenummer: 608009
Vægt: 36 x ca. 110g.



Forhævet, ubagt wienerbrød med kanelremonce.
Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, kokosolie, vand, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), vand, sukker, gær, **æggeblomme**, rørsukkersirup, modificeret kartoffelstivelse, 1% kanel, **sødmælkspulver**, salt, **mandelmel**, dextrose, emulgator (mono- og diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisatorer (natriumalginat, pektiner), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder og pekannødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1588 kJ/380 kcal
Fedt: 24 g - heraf mættede fedtsyrer: 9,1 g
Kulhydrat: 38 g - heraf sukkerarter: 15 g
Protein: 3,7 g
Salt: 0,33 g

BLØDDEJ OG WIENERBRØD

WIENERPEKAN

Varenummer: 608005
Vægt: 48 x ca. 95g



Forhævet, ubagt wienerbrød med ahornsirup-remonce og pekannødder. Dybfrossen.

Ingredienser:

Vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), **hvedemel**, vand, sukker, 4% **pekannødder**, **æggeblomme**, gær, 1% ahorn sirup, rørsukkersirup, glukosepulver, rapsolie, cikoriefiber, stabilisatorer (natriumalginat, pektiner), salt, emulgator (mono- og diacetylvinysyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, naturlig aroma, vallepulver (**mælk**), melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder og mandler.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1728 kJ/413 kcal
Fedt: 28 g - heraf mættede fedtsyrer: 10 g
Kulhydrat: 36 g - heraf sukkerarter: 14 g
Protein: 4,0 g
Salt: 0,28 g

SPANDAUER MED CREME

Varenummer: 608000
Vægt: 48 x ca. 100g +
2 x 150g hvid glasur.



Forhævet, ubagt wienerbrød med 20% vaniljecremefyld. Dybfrossen.

Ingredienser:

Vand, **hvedemel**, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), sukker, cremepulver (sukker, modificeret kartoffelstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**, kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat, diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blandede carotener)), **æggeblomme**, gær, 1% **hasselnøddeflager**, salt, stabilisatorer (natriumalginat, pektiner), emulgator (mono- og diacetylvinysyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, naturlig vanilleekstrakt, **mandelmel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1427 kJ/341 kcal
Fedt: 22 g - heraf mættede fedtsyrer: 8,3 g
Kulhydrat: 31 g - heraf sukkerarter: 9,8 g
Protein: 4,0 g
Salt: 0,28 g

SPANDAUER MED HINDBÆR

Varenummer: 608001
Vægt: 48 x ca. 100g +
2 x 150g hvid glasur.



Forhævet, ubagt wienerbrød med hindbærfyld. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), vand, sukker, 8% hindbær, **æggeblomme**, gær, cremepulver (sukker, mod. kartoffelstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**, kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat, diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blandede carotener)), salt, glukosepulver, cikoriefiber, stabilisatorer (natriumalginat, pektiner), emulgator (mono- og diacetylvinysyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, rapsolie, surhedsregulerende midler (citronsyre, calciumlactat), **mandelmel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1442 kJ/345 kcal
Fedt: 21 g - heraf mættede fedtsyrer: 8,3 g
Kulhydrat: 35 g - heraf sukkerarter: 14 g
Protein: 3 g
Salt: 0,28 g

MUSCOVADO / FARIN FÆTTER

Varenummer: 608013
Vægt: 48 x ca. 100g +
2 x 150g hvid glasur.



Forhævet, ubagt wienerbrød med muscovadosukker-remonce og vaniljecreme. Dybfrossen.

Ingredienser:

Vand, **hvedemel**, margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af vegetabiliske fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), cremepulver (sukker, modificeret kartoffelstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**, kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat, diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blandende carotener), 5% muscovadosukker, sukker, **æggeblomme**, gær, stabilisatorer (natriumalginat, pektin), emulgator (mono- og diacetylvinysyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, naturlig vanilleekstrakt, **mandelmel**, salt, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder og pekannødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1324 kJ / 316 kcal
Fedt: 20 g - heraf mættede fedtsyrer: 8,4 g
Kulhydrat: 31 g - heraf sukkerarter: 12 g
Protein: 3 g
Salt: 0,30 g

CREMEBOLLE

Varenummer: 608008
Vægt: 48 x ca. 95g.



Forhævet, ubagt wienerbrød med 26% cremeremonce. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), vand, sukker, cremepulver (sukker, modificeret kartoffelstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**, kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat, diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blandede carotener)), **æggeblomme**, gær, vallepulver (**mælk**), modificeret kartoffelstivelse, stabilisatorer (natriumalginat, pektiner), salt, emulgator (mono- og diacetylvinysyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, **mandelmel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1521 kJ/364 kcal
Fedt: 24 g - heraf mættede fedtsyrer: 9,5 g
Kulhydrat: 33 g - heraf sukkerarter: 6,6 g
Protein: 3,7 g
Salt: 0,28 g

BARONESSESTANG

Varenummer: 603056
Vægt: 15 x ca. 450g



Forhævet, ubagt wienerbrødstang med 36% cremeremonce. Dekorert med perlesukker og hasselnødder. Dybfrossen.

Ingredienser:

Vand, **hvedemel**, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), sukker, cremepulver (sukker, modificeret kartoffelstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**, kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat, diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blandede carotener)), 4% perlesukker, **æggeblomme**, gær, 1% **hasselnøddeflager**, modificeret kartoffelstivelse, stabilisator (pektiner), salt, vallepulver (**mælk**), emulgator (mono- og diacetylvinysyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder og mandler.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1443 kJ/345 kcal
Fedt: 21 g - heraf mættede fedtsyrer: 8,1 g
Kulhydrat: 35 g - heraf sukkerarter: 8,6 g
Protein: 3,1 g
Salt: 0,24 g

FAVORIT WIENERMIX

Varenummer: 608035
Vægt: 48 x ca. 90-100g +
150g hvid glasur



NYHED!

12 stk.
Spandauer med creme (100g)
12 stk.
Spandauer med hindbær (100g)
12 stk.
Wienerpekan (95g)
12 stk.
Kanelsnegl glazed (90g)

Se produktblad med ingrediensliste og næringsindhold på www.mettemunk.dk

MINI WIENERBRØD, ASSORTERET

Varenummer: 608025
Vægt: 120 x ca. 42g +
150g hvid glasur



24 stk. 608023
Mini wienerpekan (42g)
24 stk. 608020
Mini spandauer med creme (42g)
24 stk. 608021
Mini spandauer med hindbær (42g)
24 stk. 608024
Mini spandauer med æble (42g)
24 stk. 608022
Mini kanelsnegl (42g)

Se produktblad med ingrediensliste og næringsindhold på www.mettemunk.dk

BLØDDEJ OG WIENERBRØD

MINI KANELSNEGL

Varenummer: 608022
Vægt: 120 x ca. 42g +
2 x 150g hvid glasur.



Forhævet, ubagt wienerbrød med kanelremonce.
Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapso-
lie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider
af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre),
naturlig aromal, vand, sukker, gær, **æggeblomme**,
rørsukkersirup, modificeret kartoffelstivelse, 1% kanel,
sødmælkspulver, salt, **mandelmel**, dextrose, stabilisa-
torer (natriumalginat, pektiner), emulgator (mono- og
diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer),
melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1616 kJ/386 kcal
Fedt: 24 g - heraf mættede fedtsyrer: 9,2 g
Kulhydrat: 38 g - heraf sukkerarter: 16 g
Protein: 3,7 g
Salt: 0,33 g

MINI SPANDAUER MED CREME

Varenummer: 608020
Vægt: 120 x ca. 42g.
2 x 150g hvid glasur



Forhævet, ubagt wienerbrød med vaniljecremefyld.
Dybfrossen.

Ingredienser:

Vand, **hvedemel**, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapso-
lie, vand, kokosolie, salt, emulgator (mono- og diglycerider
af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre),
naturlig aroma), cremepulver (sukker, modificeret kartof-
felstivelse, vallepulver (**mælk**), **skummetmælkspulver**,
kokosolie, stabilisatorer (natriumalginat, calciumsulfat,
diphosphater), glukosesirup, **mælkeprotein**, farve (blan-
dede carotener), sukker, **æggeblomme**, gær, stabilisa-
torer (natriumalginat, pektiner), emulgator (mono- og
diacetylvinsyreester af mono- og diglycerider af fedtsyrer),
dextrose, naturlig vanilleekstrakt, **mandelmel**, salt, melbe-
handlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af pekannødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1376 kJ/329 kcal
Fedt: 21 g - heraf mættede fedtsyrer: 8 g
Kulhydrat: 31 g - heraf sukkerarter: 10 g
Protein: 4 g
Salt: 0,28 g

FRANSKBRØD OG MADBRØD

STJERNEBRØD

Varenummer: 604560
Vægt: 8 x ca. 550g.



Forbagt groft landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 6% hørfrø, 6% **sesamfrø**, durum
hvedekerner, 3% **rugkerner**, **rugmel**, **hvedeflager**, 2% sol-
sikkekerner, gær, salt, **bygmalt**, sukker, tørsurdej (**hvede**),
emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og
diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel
(askorbinsyre), stabilisator (guargum)

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1259 kJ/302 kcal
Fedt: 7,0 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,8 g
Kulhydrat: 48 g - heraf sukkerarter: 2,5 g
Kostfibre: 6,0 g
Protein: 9,4 g
Salt: 1,7 g

JUPITERBRØD

Varenummer: 604561
Vægt: 8 x ca. 550g.



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 13% kartoffelflager, **rugmel**, gær, salt,
bygmalt, sukker, tørsurdej (**hvede**), emulgator (mono-
og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af
fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre),
stabilisator (guargum)

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og
valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1044 kJ/248 kcal
Fedt: 0,7 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,1 g
Kulhydrat: 52 g - heraf sukkerarter: 2,2 g
Kostfibre: 3,4 g
Protein: 6,6 g
Salt: 1,7 g

MÅNEBRØD

Varenummer: 604562
Vægt: 8 x ca. 550g.



Forbagt, mørkt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, durum**hvedemel**, vand, 6% græskarkerner, 6%
durum **hvedekerner**, **bygmalt**, **rugmel**, gær, salt, sukker,
tørsurdej (**hvede**), emulgator (mono- og diacetylvinsy-
reestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose,
melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator
(guargum)

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og
valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1178 kJ/281 kcal
Fedt: 3,6 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,7 g
Kulhydrat: 51 g - heraf sukkerarter: 4,1 g
Kostfibre: 5,5 g
Protein: 8,9 g
Salt: 1,7 g

KOMETBRØD

Varenummer: 604563
Vægt: 8 x ca. 550g.



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 7% blå birkens, veg. margarine (palmeolie,
rapsole, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglyceri-
der af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre),
naturlig aromal, **rugmel**, **bygmalt**, gær, salt, sukker, tørsur-
dej (**hvede**), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af
mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehand-
lingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargum)

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og
valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1209 kJ/289 kcal
Fedt: 6,0 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,5 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 2,4 g
Kostfibre: 4,1 g
Protein: 7,7 g
Salt: 1,4 g

PLANETBRØD MIX

Varenummer: 604565
Vægt: 8 x ca. 550g.



2 stk. 604561
Jupiterbrød (550g)
2 stk. 604563
Kometbrød (550g)
2 stk. 604562
Månebrød (550g)
2 stk. 604560
Stjernebrød (550g)

Se produktblad med ingrediensliste og næringsindhold på
www.mettemunk.dk

FRANSKBRØD OG MADBRØD

OLIVENBRØD

Varenummer: 604856
Vægt: 12 x ca. 350g



Forbagt madbrød med oliven. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 10,5% Kalamata oliven, **rugsurdej** (vand, **rugmel**), **hvedefiber**, maltet **hvedemel**, acerolaekstrakt, salt tilsat jod, gær, salt, eddike.

Kan indeholde spor af soja og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1060 kJ/251 kcal
Fedt: 3,6 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,6 g
Kulhydrat: 45 g - heraf sukkerarter: 2,7 g
Kostfibre: 3,2 g
Protein: 7,6 g
Salt: 1,8 g

CHIABRØD

Varenummer: 604857
Vægt: 14 x ca. 380g



Forbagt madbrød med chiafrø og græskarkerner. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **rugsurdej** (vand, **rugmel**), solsikkefrø, 3% chiafrø, 2% græskarkerner, hørfrø, salt tilsat jod, rapsolie, gær, tomatpulver, **hvedefiber**, **hvedemalt**, acerolaekstrakt, gurkanemje.

Kan indeholde spor af soja og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1120 kJ/266 kcal
Fedt: 7,0 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,9 g
Kulhydrat: 39 g - heraf sukkerarter: 2,4 g
Kostfibre: 5,4 g
Protein: 9,5 g
Salt: 1,2 g

ITALIENSK LANDBRØD

Varenummer: 604851
Vægt: 12 x ca. 450g.



Forbagt madbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **rugsurdej** (vand, **rugmel**), rapsolie, gær, salt tilsat jod, **rugmel**, maltet **hvedemel**, maltet **bygmel**, surhedsregulerende midler (citronsyre, mælkesyre, eddikesyre), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af soja og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1064 kJ/252 kcal
Fedt: 3,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,4 g
Kulhydrat: 46 g - heraf sukkerarter: 2,0 g
Kostfibre: 2,3 g
Protein: 8,3 g
Salt: 1,3 g

MUNKEBRØD

Varenummer: 604551
Vægt: 8 x ca. 450g



Forbagt madbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **rugmel**, **bygmal**, salt, gær, sukker, dextrose, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), **hvedesurdej**, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1002 kJ/239 kcal
Fedt: 0,90 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,20 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 1,7 g
Kostfibre: 3,0 g
Protein: 6,7 g
Salt: 1,5 g

STENOVNSBAGT LANDBRØD, LYST

Varenummer: 40871000
Vægt: 12 x ca. 550g



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, surdej (vand, **hvedemel**, **rugmel**) salt, gær, rapsolie, **bygmalte**ekstrakt, glukose.

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og nødder (hassel nødder, valnødder og mandler).

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1046 kJ/247 kcal
Fedt: 1,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,3 g
Kulhydrat: 49 g - heraf sukkerarter: 1,4 g
Kostfibre: 3,0 g
Protein: 7,8 g
Salt: 1,8 g

STENOVNSBAGT LANDBRØD, MØRKT

Varenummer: 40943000
Vægt: 12 x ca. 550g



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, surdej (vand, **hvedemel**, **rugmel**), **rugmel**, gær, **bygmalte**ekstrakt, **hvedeklid**, salt, hørfrø, glukose, rapsolie.

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og nødder (hassel nødder, valnødder og mandler).

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1053 kJ/249 kcal
Fedt: 1,3 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,2 g
Kulhydrat: 49 g - heraf sukkerarter: 2,0 g
Kostfibre: 4,2 g
Protein: 8,2 g
Salt: 1,8 g

GORM, RUSTIKT LANDBRØD

Varenummer: 604554
Vægt: 10 x ca. 450g.



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, salt, gær, sukker, kartoffelstivelse, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre),

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1021 kJ/244 kcal
Fedt: 0,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,1 g
Kulhydrat: 51 g - heraf sukkerarter: 1,3 g
Kostfibre: 2,9 g
Protein: 7,1 g
Salt: 1,5 g

THYRA, RUSTIKT LANDBRØD MØRKT

Varenummer: 604555
Vægt: 10 x ca. 450g.



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, hørfrø, **sesamfrø**, salt, gær, **bygmal**, sukker, kartoffelstivelse, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre),

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja og valnødder.

NÆRINGSINDHOLD PR. 100g:

Energi: 1057 kJ/253 kcal
Fedt: 3,3 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,4 g
Kulhydrat: 47 g - heraf sukkerarter: 1,1 g
Kostfibre: 3,9 g
Protein: 7,6 g
Salt: 1,4 g

MED SOLTØRRET TOMAT

Varenummer: 604552
Vægt: 10 x ca. 400g.



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, kartoffelflager, solsikkekerner, rapsolie, 2% torrede tomater, **rugmel**, salt, gær, urter, krydderier, løg, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), tør **hvedesurdej**.

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1078 kJ/258 kcal
Fedt: 5,2 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,5 g
Kulhydrat: 45 g - heraf sukkerarter: 0,7 g
Kostfibre: 3,0 g
Protein: 7,0 g
Salt: 1,5 g

SANTINO LANDBRØD MED SOJABØNNER

Varenummer: 604553
Vægt: 10 x ca. 400g.



Forbagt landbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **rugmel**, 4% **sojabønner**, solsikkeolie, hørfrø, salt, gær, sukker, **bygmal**, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), tør **hvedesurdej**, eddike.

Kan indeholde spor af æg, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1024 kJ/244 kcal
Fedt: 2,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,4 g
Kulhydrat: 46 g - heraf sukkerarter: 2,0 g
Kostfibre: 3,3 g
Protein: 7,9 g
Salt: 1,4 g

VALDEMAR FULDKORN LANDBRØD

Varenummer: 604531
Vægt: 10 x ca. 450g



Forbagt fuldkornslanbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

38% **fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, vand, 3% **havregryn**, 3% hørfrø, 2% solsikkefrø, gær, **bygmal**, æblefiber, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmidler (askorbinsyre, amylase, xylanase).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1161 kJ/276 kcal
Fedt: 3,5 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,6 g
Kulhydrat: 51 g - heraf sukkerarter: 1,7 g
Kostfibre: 6,9 g
Protein: 8,9 g
Salt: 0,9 g

RUSTIKKE MADBRØD, MIX

Varenummer: 604550
Vægt: 10 x ca. 400-450g.



2 stk. 604554

Gorm, rustikt landbrød (450g)

2 stk. 604555

Thyra, rustikt landbrød mørk (450g)

2 stk. 604531

Valdemar fuldkorn landbrød (450g)

2 stk. 604552

Santino landbrød med soltørret tomat (400g)

2 stk. 604553

Santino landbrød med sojabønner (400g)

Se produktblad med ingrediensliste og næringsindhold på www.mettemunk.dk

SANTINO LANDBRØD

KUVERTBRØD OG BAGUETTER

ØKO KUVERTSTYKKE

Varenummer: 604505
Vægt: 50 x ca. 35g.



Forbagt, økologisk brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **fuldkornsdurumhvedemel**, kartoffelflager, solsikkeolie, gær, **bygmalt**, rørsukker, salt, tørsurdej (**hvede**).

*Økologisk

Kan indeholde spor af mælk, æg og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1296 kJ/310 kcal
Fedt: 5,7 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,5 g
Kulhydrat: 55 g - heraf sukkerarter: 3,4 g
Kostfibre: 3,0 g
Protein: 7,4 g
Salt: 1,5 g

LYSE KUVERTSTYKKER

Varenummer: 604503
Vægt: 100 x ca. 35g.



Forbagt, lyst brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, salt, gær, sukker, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1109 kJ/262 kcal
Fedt: 2,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,4 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 0,4 g
Kostfibre: 4,3 g
Protein: 8,6 g
Salt: 1,4 g

MØRKE KUVERTSTYKKER

Varenummer: 604504
Vægt: 100 x ca. 35g.



Forbagt mørkt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, salt, gær, sukker, **bygmalt**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1091 kJ/258 kcal
Fedt: 2,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,4 g
Kulhydrat: 49 g - heraf sukkerarter: 0,4 g
Kostfibre: 4,3 g
Protein: 8,5 g
Salt: 1,4 g

STENOVNSBAGUETTE, 115G

Varenummer: 604706
Vægt: 45 x ca. 115g. 23cm.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **hvedekorn**, gær, salt tilsat jod, tørsurdej (**hvede**), dextrose, rismel, maltmel (**hvede**), maltmel (**byg**), **hvedegluten**, rapsolie, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af soja, mælk, sesamfrø og nødder (valnødder, mandler, hasselnødder, cashewnødder)

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1042 kJ/249 kcal
Fedt: 0,9 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,1 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 0,5 g
Kostfibre: 2,5 g
Protein: 8,0 g
Salt: 1,0 g

STENOVNSBAGUETTE, MØRK 115G

Varenummer: 604707
Vægt: 45 x ca. 115g. 23cm.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 4% **havregryn**, **hvedekorn**, gær, **hvedeklid**, 1% **rugflager**, salt tilsat jod, hørfrø, **hvedegluten**, hirse, dextrose, solsikkekerner, rismel, 0,3% maltmel (**byg**), maltmel (**hvede**), rapsolie, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af soja, mælk, sesamfrø og nødder (valnødder, mandler, hasselnødder, cashewnødder)

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1062 kJ/254 kcal
Fedt: 1,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,2 g
Kulhydrat: 48 g - heraf sukkerarter: 0,8 g
Kostfibre: 4,1 g
Protein: 8,6 g
Salt: 1,0 g

BAGUETTE PARISIEN, GROV 58CM

Varenummer: 604709
Vægt: 20 x ca. 440g



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 4% **havregryn**, **hvedegluten**, **hvedeklid**, 1% **rugflager**, salt tilsat jod, 1% hørfrø, 0,5% hirse, gær, 0,4% solsikkekerner, maltmel (**hvede**), maltmel (**byg**), dextrose, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre), rapsolie.

Kan indeholde spor af soja, mælk, sesamfrø og nødder (valnødder, mandler, hasselnødder, cashewnødder)

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1113 kJ/266 kcal
Fedt: 1,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,2 g
Kulhydrat: 49 g - heraf sukkerarter: 0,6 g
Kostfibre: 4,6 g
Protein: 10,1 g
Salt: 1,1 g

STENOVNSBAGUETTE, 440G

Varenummer: 604704
Vægt: 16 x ca. 440g. 54 cm.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, salt tilsat jod, gær, rismel, dextrose, maltmel (**hvede**), **hvedegluten**, rapsolie, melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af soja, mælk, sesamfrø og nødder (valnødder, mandler, hasselnødder, cashewnødder)

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1097 kJ/262 kcal
Fedt: 0,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,1 g
Kulhydrat: 52 g - heraf sukkerarter: 0,4 g
Kostfibre: 2,6 g
Protein: 9,1 g
Salt: 1,0 g

STENOVNSBAGUETTE, MØRK 440G

Varenummer: 604705
Vægt: 16 x ca. 440g. 54cm.



Forbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 4% **havreflager**, **hvedeklid**, 1% **rugflager**, salt tilsat jod, hørfrø, gær, **hvedegluten**, hirse, solsikkekerner, dextrose, 0,3% maltmel (**byg**), maltmel (**hvede**), rismel, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), rapsolie.

Kan indeholde spor af soja, mælk, sesamfrø, nødder (mandler, hasselnødder, valnødder, cashewnødder)

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1062 kJ / 254 kcal
Fedt: 1,7g - Heraf mættet fedt 0,2g.
Kulhydrat: 48g - Heraf sukkerarter: 0,6g.
Kostfibre: 4,0g
Protein: 9,3g.
Salt: 1,0g.

TØ OG SERVER SANDWICHBRØD

ROSSO STYKKE

Varenummer: 604536
Vægt: 30 x ca. 125g.



Forbagt, forskåret sandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Durum **hvedemel**, **hvedemel**, vand, rapsolie, hørfrø, majsmeel, Chilipesto 3,5% (krydderier (paprika, hvidløg, chili)), glukosesirup, salt, sukker, tomater, løg, krydderi- og urteekstrakt (timian, paprika), hvidvinsekstrakt, krydderurt (krusemynte), havregryn, gær, sukker, salt, dextrose, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), enzymer, fortykningsmiddel (guar gum).

Kan indeholde mælk, æg, soja, valnødder og hasselnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1426 kJ / 340 kcal
Fedt: 8,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,60 g
Kulhydrat: 55 g - heraf sukkerarter: 3,9 g
Kostfibre: 3,9 g
Protein: 9,4 g
Salt: 2,0 g

ØKO VITALIA STYKKE

Varenummer: 604559
Vægt: 30 x ca. 125g.



Økologisk forbagt, forskåret sandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel*, **fuldkornsdurummel***, vand, 6% kartoffelflager*, 5% chiafrø*, rapsolie*, 3% hørfrø*, gær*, rørsukker*, **bygmalt***, salt, tørsurdej* (**hvede**).

*-økologisk

Kan indeholde spor af æg, mælk og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1346 kJ / 322 kcal
Fedt: 8,1 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,8 g
Kulhydrat: 49 g - heraf sukkerarter: 3,5 g
Kostfibre: 5,6 g
Protein: 9,0 g
Salt: 1,4 g

BIANCA STYKKE

Varenummer: 604557
Vægt: 30 x ca. 125g.



Forbagt, forskåret sandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Durum **hvedemel**, **hvedemel**, vand, **fuldkornsdurummel**, hørfrø, rapsolie, **havregryn**, **bygmalt**, gær, sukker, salt, tørsurdej (**hvede**), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargummi)

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1303 kJ / 310 kcal
Fedt: 7,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,90 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 4,0 g
Kostfibre: 4,3 g
Protein: 8,7 g
Salt: 1,3 g

NERO STYKKE

Varenummer: 604558
Vægt: 30 x ca. 125g.



Forbagt, forskåret sandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Durum **hvedemel**, **hvedemel**, vand, **fuldkornsdurummel**, hørfrø, rapsolie, mørk **bygmalt**, **havregryn**, gær, sukker, salt, tørsurdej (**hvede**), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre), stabilisator (guargummi)

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1290 kJ / 307 kcal
Fedt: 7,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,90 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 3,7 g
Kostfibre: 4,9 g
Protein: 8,6 g
Salt: 1,3 g

CAFÉ MUNKEBOLLE MED GULEROD

Varenummer: 604490
Vægt: 28 x ca. 105g



Færdigbagt sandwichbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, 6,5% tørret gulerod, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), 6% solsikkekerner, vand, 3,2% gulerodspure, sukker, 2,6% majsmeel, gær, salt, hævemidler (diphosphater, natriumcarbonater), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisator (guar gum), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde mælk, æg, soja, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1466 kJ / 350 kcal
Fedt: 8,3 g - heraf mættede fedtsyrer: 2,5 g
Kulhydrat: 59 g - heraf sukkerarter: 7,1 g
Kostfibre: 3,6 g
Protein: 9,8 g
Salt: 1,4 g

CAFÉ MUNKEBOLLE, FULDKORN

Varenummer: 604492
Vægt: 28 x ca. 110g.



Færdigbagt, grov sandwichbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

32% **Fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, 13% **havregryn**, vand, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), gær, **hvedeflager**, **hvedegluten**, sukker, **bygmalt**, salt, hævemidler (diphosphater, natriumcarbonater (**hvede**)), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1410 kJ / 336 kcal
Fedt: 6,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 2,3 g
Kulhydrat: 58 g - heraf sukkerarter: 4,1 g
Kostfibre: 6,4 g
Protein: 11 g
Salt: 1,0 g

CAFÉ MUNKEBOLLE MED URTER

Varenummer: 604494
Vægt: 28 x ca. 105g.



Færdigbagt sandwichbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, 6% spinat, gær, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgatorer (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), 4% krydderiblanding (glukosesirup, løg, krydderurter, salt, gæreksktrakt), sukker, **rugmel**, vand, hævemidler (diphosphater, natriumcarbonater), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, mælk, soja, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1305 kJ / 312 kcal
Fedt: 4,5 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,7 g
Kulhydrat: 58 g - heraf sukkerarter: 5,3 g
Kostfibre: 3,4 g
Protein: 8,1 g
Salt: 2,2 g

CAFÉ MUNKEBOLLE MED CHILI

Varenummer: 604493
Vægt: 28 x ca. 105g.



Færdigbagt sandwichbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, gær, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgatorer (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), **rugmel**, sukker, majsmeel, 2% krydderiblanding (chili, paprika, dextrose, salt, gæreksktrakt, tomatpulver, krydderiekstrakter), salt, hævemidler (diphosphater, natriumcarbonater), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, 1% paprikapulver, stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1288 kJ / 308 kcal
Fedt: 4,4 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,7 g
Kulhydrat: 58 g - heraf sukkerarter: 4,3 g
Kostfibre: 3,4 g
Protein: 7,8 g
Salt: 1,90 g

CAFÉ MUNKEBOLLE, ITALIENSK

Varenummer: 604491
Vægt: 28 x ca. 105g.



Færdigbagt sandwichbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 6% olivenolie, durum **hvedemel**, gær, sukker, salt, hævemidler (diphosphater, natriumcarbonater), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), timian, stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja og sesamfrø, valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1378 kJ / 330 kcal
Fedt: 6,7 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,1 g
Kulhydrat: 58 g - heraf sukkerarter: 4,2 g
Kostfibre: 3,6 g
Protein: 8,2 g
Salt: 1,4 g

CAFÉ BURGERBOLLE, FULDKORN

Varenummer: 604512
Vægt: 30 x ca. 90g.



Færdigbagt, forskåret fuldkornsbolle med sesam. Dybfrossen.

Ingredienser:

37% **fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, 10% **havregryn**, vand, 4% **sesamfrø**, gær, sukker, vegetabilsk margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), **hvedegluten**, vallepulver (**mælk**), salt, **bygmalt**, hævemidler (diphosphater, natriumcarbonater (**hvede**)), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre)

Kan indeholde spor af æg, soja og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1421 kJ / 338 kcal
Fedt: 7,0 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,9 g
Kulhydrat: 57 g - heraf sukkerarter: 5,0 g
Kostfibre: 6,6 g
Protein: 12 g
Salt: 1,0 g

TØ OG SERVER SANDWICHBRØD

CAFÉ BURGERBOLLE, RUSTIK

Varenummer: 604514
Vægt: 35 x ca. 95g.



Færdigbagt, forskåret sandwichbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

26% **Fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, vand, 8% **havregryn**, 8% durum **hvedekerner**, margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie, emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), sukker, gær, durum **hvedemel**, **hvedegluten**, vallepulver (**mælk**), salt, **bygmalt**, hævemiddel (diphosphater, natriumcarbonater), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1171 kJ/278 kcal
Fedt: 4,6 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,7 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 4,7 g
Kostfibre: 5,7 g
Protein: 9,1 g
Salt: 0,9 g

CAFÉ BURGERBOLLE

Varenummer: 604850
Vægt: 36 x ca. 100g.



Forbagt sandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, rapsolie, gær, salt tilsat jod, sukker, tør **rugsurdej**, **rugmel**, maltet **hvedemel**, maltet **bygmel**, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende midler (citronsyre, mælkesyre, eddikesyre), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af soja og sesamfrø, selleri, sennep, mælk, æg, mandler, hasselnødder, pekannødder og lupin.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1264 kJ/299 kcal
Fedt: 6,2 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,5 g
Kulhydrat: 52 g - heraf sukkerarter: 1,2 g
Kostfibre: 1,8 g
Protein: 8,0 g
Salt: 1,5 g

CAFÉ BURGERBOLLE, GOURMET

Varenummer: 604513
Vægt: 30 x ca. 90g



Færdigbagt, forskåret sandwichbolle med sesam. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 4% **sesamfrø**, sukker, veg.margarine (palmeolie, rapsolie, vand, kokosolie emulgator (mono- og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), gær, vallepulver (**mælk**), salt, hævemiddel (diphosphater, natriumcarbonater (**hvede**)), emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1293 kJ/310 kcal
Fedt: 6,2 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,8 g
Kulhydrat: 54 g - heraf sukkerarter: 5,7 g
Kostfibre: 3,4 g
Protein: 8,1 g
Salt: 1,2 g

CIABATTA STYKKE

Varenummer: 20611088
Vægt: 60 x ca. 115g



Færdigbagt brødstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **durumhvede-semulje**, surdej (vand, **hvedemel**, **rugmel**), ekstra jomfruolivenolie, salt, gær, **bygmalt**ekstrakt.

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja og sesam.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1052 kJ/249 kcal
Fedt: 2,9 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,50 g
Kulhydrat: 47 g - heraf sukkerarter: 1,2 g
Kostfibre: 2,6 g
Protein: 7,3 g
Salt: 1,5 g

RUGBOLLE MED GRÆSKARKERNER

Varenummer: 604570
Vægt: 30 x ca. 110g



Forbagt rugbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

36% **rugmel**, **hvedemel**, 15% græskarkerner, vand, **hvedegluten**, **bygmalt**, salt, **rugmalt**, gær, stabilisator (guargummi), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, valnødder og sesamfrø.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1250 kJ/297 kcal
Fedt: 7,7 g - heraf mættede fedtsyrer: 1,5 g
Kulhydrat: 45 g - heraf sukkerarter: 1,9 g
Kostfibre: 4,4 g
Protein: 9,8 g
Salt: 1,5 g

PROTEIN BURGERBOLLE PRE-CUT

Varenummer: 604605
Vægt: 80 x ca. 120g.



Forbagt og forskåret fuldkornsburgerbolle. Dybfrossen.

Ingredienser:

Vand, **hvedeprotein**, 14% hørfrø, **sojamel**, **fuldkornshvedemel**, 3% solsikkefrø, **sojagranulat**, 2% **sesamfrø**, **hvedekli**, gær, salt, ristet **bygmaltmel**, emulgator (**sojalecithin**).

Kan indeholde spor af mælk og æg.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1231 kJ/295 kcal
Fedt: 14,6 g - heraf mættede fedtsyrer: 2,1 g
Kulhydrat: 12 g - heraf sukkerarter: 1,5 g
Kostfibre: 9,8 g
Protein: 24 g
Salt: 1,0 g

RUSTIKKE SANDWICHBRØD

RUSTICATA

Varenummer: 30771095
Vægt: 65 x ca. 120g.



Forbagt hvedebrodstykke. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, **durumhvede-semulje**, surdej (vand, **hvedemel**, **rugmel**), ekstra jomfruolivenolie, gær, salt, **bygmalt**ekstrakt, glucose.

Kan indeholde spor af mælk, æg, soja og sesam.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1049 kJ/248 kcal
Fedt: 2,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,5 g
Kulhydrat: 46 g - heraf sukkerarter: 1,2 g
Kostfibre: 3,0 g
Protein: 7,9 g
Salt: 0,87 g

GORM STYKKE

Varenummer: 604532
Vægt: 30 x ca. 110g.



Forbagt, forskåret sandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, salt, gær, sukker, kartoffelstivelse, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1116 kJ/267 kcal
Fedt: 1,2 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,2 g
Kulhydrat: 54 g - heraf sukkerarter: 1,1 g
Kostfibre: 3,1 g
Protein: 7,5 g
Salt: 1,6 g

THYRA STYKKE

Varenummer: 604533
Vægt: 30 x ca. 110g.



Forbagt, forskåret sandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel, vand, 4% hørfrø, 2% **sesamfrø**, salt, gær, **bygmalt**, sukker, kartoffelstivelse, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1153 kJ/276 kcal
Fedt: 3,8 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,5 g
Kulhydrat: 50 g - heraf sukkerarter: 1,1 g
Kostfibre: 4,1 g
Protein: 8,1 g
Salt: 1,5 g

VALDEMAR

FULDKORN STYKKE

Varenummer: 604530
Vægt: 30 x ca. 110g.



Forbagt fuldkornssandwichbrød. Dybfrossen.

Ingredienser:

38% **fuldkornshvedemel**, **hvedemel**, vand, 3% **havregryn**, 3% hørfrø, 2% solsikkefrø, gær, **bygmalt**, æblefibre, salt, sukker, emulgator (mono- og diacetylvinsyreestere af mono- og diglycerider af fedtsyrer), dextrose, melbehandlingsmidler (askorbinsyre, amylase, xylanase).

Kan indeholde spor af æg, soja, mælk, sesamfrø og valnødder.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1161 kJ/276 kcal
Fedt: 3,5 g - heraf mættede fedtsyrer: 0,6 g
Kulhydrat: 51 g - heraf sukkerarter: 1,7 g
Kostfibre: 6,9 g
Protein: 8,9 g
Salt: 0,9 g

TÆRTER

USØDET TÆRTEBUND

Varenummer: 605014
Vægt: 12 x ca. 160g.



Ubagt, usødet mørdejsbund. Dybfrossen.

Ingredienser:

Hvedemel (tilsat melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre)), margarine (palmeolie, rapsolie, vand, salt, emulgator (mono -og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), vand, **æggeblomme**, rapsolie, **kærnemælkspulver**, salt.

Kan indeholde spor af hasselnødder, pekannødder og mandler.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1752 kJ / 419 kcal
Fedt: 28 g - heraf mættede fedtsyrer: 10 g
Kulhydrat: 37 g - heraf sukkerarter: 0,0 g
Protein: 5,4 g
Salt: 0,27 g

PORRETÆRTE MED BACON

Varenummer: 609552
Vægt: 10 x ca. 400g.



Tærtbund med 61% fyld med porre og røget bacon. Dybfrossen.

Ingredienser:

23% porre, vand, **hvedemel**, margarine (palmeolie, rapsolie, vand, salt, emulgator (mono -og diglycerider af fedtsyrer), surhedsregulerende middel (citronsyre), naturlig aroma), 6% røget bacon (90% svinekød, vand, salt, glukosesirup, konserveringsmidler (kaliumnitrat, natriumnitrit), antioxidant (natriumascorbat)), **fuldkornshvedemel**, **æggeblomme***, rapsolie, modificeret kartoffelstivelse, **æggehvidepulver**, **flødepulver**, **kærnemælkspulver**, vallepulver (**mælk**), glukosesirup, sukker, gærekstrakt, løg, gulerodspulver, peber, løvstikkerod, løvstikkeblade, hvidløgspulver, salt, surhedsregulerende middel (citronsyre), melbehandlingsmiddel (ascorbinsyre).

Kan indeholde spor af hasselnødder, pekannødder og mandler.

Næringsindhold pr. 100g:

Energi: 1044 kJ / 250 kcal
Fedt: 16 g - heraf mættede fedtsyrer: 5,7 g
Kulhydrat: 19 g - heraf sukkerarter: 0,1 g
Kostfiber: 1,9 g
Protein: 6,0 g
Salt: 0,81 g

DIT METTE MUNK TEAM



Claus Olsen
Head of Sales, Nordic
clo@mettemunk.dk
51 26 75 40



Michael Larsen
Key Account Manager
(Fyn & Sønderjylland)
mil@mettemunk.dk
51 40 00 22



Pia Frank
Kundeservice
ordre@mettemunk.dk
70 20 23 71



Klaus Nielsen
Business Development
Manager
kln@mettemunk.dk
51 15 70 71



Jørn Widstrup Nykjær
Salgskonsulent
(Sjælland)
jwn@mettemunk.dk
21 59 54 52



Camilla Nygaard
Kundeservice
ordre@mettemunk.dk
70 20 23 71



Dorte Weng
Business Development
Manager
dow@mettemunk.dk
21 35 24 99



Henrik Hansen
Salgskonsulent
(Midt-, Øst- og Nordjylland)
heh@mettemunk.dk
29 36 60 64



Lise Sall Fuglsang
Trade Marketing Manager
lsf@mettemunk.dk
26 65 14 10

FUTURE AT WORK

Hos os arbejder fremtiden i nutiden!
...og lige nu står du med et CO₂-frit katalog i hænderne.
Mette Munk - bake-off med omtanke!



Tryksag
5041 0513



Mette Munk®

Bake-off