PORRIDGE
Goji & Chia

EN – ORGANIC GLUTEN FREE PORRIDGE WITH GOJI BERRIES AND CHIA SEEDS. INGREDIENTS: wholemeal rolled **oats** (gluten free)*, raisins*, **oat** bran (gluten free)*, linseed*, chia seeds (Salvia hispanica)* 3%, goji berries* 3%, mulberries* 1,5%, sunflower oil*. May contain traces of **sesame**, **nuts**, **mustard**, **lupin**, **soy**. *Certified organic

FR – PORRIDGE BIO SANS GLUTEN BAIES DE GOJI ET GRAINES DE CHIA. INGRÉDIENTS : flocons d'**avoine** complète (sans gluten)*, raisins secs*, son d'**avoine** (sans gluten)*, graines de lin*, graines de chia (Salvia hispanica)* 3%, baies de goji* 3%, mûres* 1,5%, huile de tournesol*. Peut contenir des traces de **sésame**, de **fruits à coque**, **moutarde**, **lupin**, **soja**. *Certifié biologique

NL – BIO HAVERMOUT ZONDER GLUTEN MET GOJIBESSEN EN CHIAZAAD. INGREDIËNTEN: volkoren**haver**vlokken (zonder gluten)*, rozijnen*, **haver**zemelen (zonder gluten)*, lijnzaad*, chiazaad (Salvia hispanica)* 3%, gojibessen* 3%, moerbeien* 1,5%, zonnebloemolie*. Kan sporen van **sesam**, **noten**, **mosterd**, **lupine** en **soja** bevatten. *Gecertificeerd biologisch

DE – BIO PORRIDGE GLUTENFREI MIT GOJIBEEREN UND CHIASAAT. ZUTATEN: Hafervollkornflocken (glutenfrei)*, Sultaninen*, **Hafer**kleie (glutenfrei)*, Leinsaat*, Chiasaat (Salvia hispanica)* 3%, Gojibeeren* 3%, Maulbeeren* 1,5%, Sonnenblumenöl*. Kann Spuren von **Schalenfrüchte**, **Sesam**, **Soja**, **Lupinen** und **Senf** enthalten. *Aus kontrolliert biologischem Anbau

RO – TERCI ECO FARA GLUTEN CU FRUCTE GOJI SI SEMINȚE DE CHIA. INGREDIENTE: fulgi de **ovăz** integral (fără gluten)*, stafide*, tărâte de **ovăz** (fără gluten)*, semințe de in*, semințe de chia (Salvia hispanica)* 3%, fructe goji* 3%, dude* 1,5%, ulei de floarea soarelui*. Poate conține urme de **susan**, **nuci**, **muștar**, **lupin**, **soia**. *Ingrediente ecologice. Distribuitor in Romania: MICO TOTAL DISTRIBUTION SRL , Voluntari (IF); Certificare ecologica: RO-ECO-026

PL – EKOLOGICZNA OWSIANKA Z JAGODAMI GOJI I NASIONAMI CHIA BEZGLUTENOWA. SKŁADNIKI: płatki **owsiane** (bezglutenowe)*, rodzynki*, otręby **owsiane** (bezglutenowe)*, siemię lniane*, nasiona szałwii hiszpańskiej (Salvia hispanica)* 3%, jagody goji* 3%, morwa* 1,5%, olej słonecznikowy*. Może zawierać **sezam**, **orzechy**, **gorczyca**, **łubin**, **soję**. *Certyfikowany składnik ekologiczny.Rolnictwo UE/spoza UE

IT – PORRIDGE BIOLOGICO CON GOJI E CHIA. INGREDIENTI: avena integrale* (senza glutine), uva passa*, crusca d'**avena*** (senza glutine), semi di lino*, semi di chia* (Salvia hispanica) 3%, bacche di goji* 3%, morus* 1,5%, olio di girasole*. Può contenere tracce di **frutta a guscio**, **sesamo**, **soia**, **lupini** e **senape**. *Certificato biologico.

ES – GACHAS DE AVENA ECOLÓGICAS SIN GLUTEN CON BAYAS DE GOJI Y CHIA. INGREDIENTES: copos de **avena** integral (sin gluten)*, pasas*, salvado de **avena** (sin gluten)*, semillas de lino*, semillas de chía (Salvia hispanica)* 3%, bayas de goji* 3%, moras* 1,5%, aceite de girasol*. Puede contener trazas de **frutos de cáscara**, **sésamo**, **soja**, **lupino** y **mostaza**. *Certificado de cultivo orgánico

PT – PAPA BIOLÓGICA SEM GLÚTEN COM BAGAS DE GOJI E SEMENTES DE CHIA. INGREDIENTES: flocos de **aveia** integral (sem glúten)*, passas*, farelo de **aveia** (sem glúten)*, linhaça*, sementes de chia (Salvia hispanica)* 3%, bagas de goji* 3%, amoras brancas* 1,5%, óleo de girassol*. Pode conter vestígios de **sésamo** e **nozes**, **soja**, **mostarda**, **lupina**. *Certificado biológico

EL – ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΓΛΟΥΤΙΝΗ ΔΩΡΕΑΚΗ ΜΕ ΓΚΟΥΡΙ ΜΠΡΟΥΑ ΚΑΙ ΣΙΑ ΣΠΟΡΟΙ CHIA. ΣΥΣΤΑΤΙΚΆ: **βρώμη** ολικής αλέσεως (χωρίς γλουτένη)*, σταφίδες *, πίτουρο **βρώμης** (χωρίς γλουτένη) *, λιναρόσπορος *, σπόροι chia (Salvia hispanica) * 3%, μούρα goji * 3%, λευκές μουριές * 1,5%, ηλιέλαιο *. Μπορεί να περιέχει ίχνη από **σουσάμι**, **ξηρούς καρπούς**, μουστάρδα, λούπινο, **σόγιας**. * Πιστοποιημένο βιολογικό

خلطة عضوية خالية من الغلوتين مع توت الغوجي وبذور الشيا. المكونات: حبوب الشوفان الكاملة (خالية من الغلوتين) * ، الزبيب * ، نخالة الشوفان (خالية من الغلوتين) * ، بذر الكتان * ، بذور الشيا (سالفيا هيسبانيكا) * 3٪ ، توت غوجي * 3٪ ، توت أبيض * 1.5٪ ، دوار الشمس نفط*. قد تحتوي على آثار من المكسرات والسمسم وصويا واللوبيا البيضاء والخردل. *شهادة العضوية

NUTRITIONAL VALUES PER/VALEURS NUTRITIVES PAR/VOEDINGSWAARDE PER/NÄHRWERTANGABEN PRO/VALORI NUTRIȚIONALE MEDII PER/WARTOŚĆ ODŻYWCZA W/VALÓRI NUTRIZIONALI/VALOR NUTRICIONAL POR/DECLARAÇÃO NUTRICIONAL POR/ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΉ ΑΞΊΑ/ القيمة الغذائية لكل جرام 100G

ENERGY/ÉNERGIE/ENERGIE/VALOARE ENERGETICĂ WARTOŚĆ ENERGETYCZNA/VALORE ENERGETICO/ENERGÍA/ ENERGIA/ΕΝΕΡΓΕΙΑ/ الطاقة	1544 kJ 367 kcal
FAT/MATIÈRES GRASSES/VETTEN/FETT/GRĂSIMI/TŁUSZCZ/ GRASSI/GRASAS/LÍPIDOS/ΛΙΠΑΡΑ/دهون	7,6 g
- of which saturates/dont acides gras saturés/waarvan verzadigde vetzuren/davon gesättigte Fettsäuren/din care grasimi saturate/w tym kwasy tłuszczowe nasycone/di cui saturi/ de las cuales ácidos grasos saturados/dos quais saturados/ εκ των οποίων κορεσμένα/ منها دهون مشبعة	1,1 g
CARBOHYDRATES/GLUCIDES/KOOLHYDRATEN/KOHLENHYDRATE/ CARBOHIDRAȚI/WĘGLOWODANY/CARBOIDRATI/HIDRATOS DE CARBONO/ΥΔΆΤΑΝΘΡΑΚΕΣ/كربوهيدرات	57 g
- of which sugars/dont sucres/waarvan suikers/davon Zucker/ din care zaharuri/w tym cukry/di cui zuccheri/de los cuales azúcares/dos quais açúcares/εκ των οποίων σάκχαρα/ منها سكريات	13 g
FIBRE/FIBRES ALIMENTAIRES/VEZELS/BALLASTSTOFFE/ BŁONNIK/FIBRAS/FIBRA/ΕΔΩΔΙΜΕΣ ΊΝΕΣ/ألياف	10 g
PROTEIN/PROTÉINES/EIWITTEN/EIWEISS/PROTEINE/ BIAŁKO/PROTEÍNAS/ΠΡΩΤΕΪΝΗ/بروتين	12 g
SALT/SEL/ZOUT/SALZ/SARE/SÓL/SALE/SAL/ΑΛΆΤΙ/ ملح	0,06 g

Contains the naturally occuring sugars from our dried fruits/Contient les sucres naturellement présents de nos fruits secs/**Bevat de van nature voorkomende suikers uit onze gedroogde vruchten/**Enthält die natürlich vorkommenden Zucker aus unseren Trockenfrüchten/**Conține zaharuri naturale din fructele uscate/**Zawiera naturalnie występujące cukry z naszych suszonych owocow/**Contiene gli zuccheri naturalmente presenti nei nostri frutti secchi/**Contiene el azúcar natural de las frutas secas/**Contém os açúcares naturais de nossas frutas secas/** Περιέχει τα φυσικά σάκχαρα από τους ξηρούς καρπούς μας /**يحتوي على السكريات الطبيعية من الفواكه المجففة لدينا

Store in a cool, dry and dark place. Best before: see bottom/Conserver au frais, au sec et à l'abri de la lumière. À consommer de préférence avant le : voir le fond/Koel, droog en donker bewaren. Ten minste houdbaar tot: zie onderkant/Kühl, trocken und lichtgeschützt aufbewahren. Mindestens haltbar bis: siehe Boden/ A se depozita întrun loc răcoros, uscat și întunecat. A se consuma înainte de: a se vedea termenul marcat pe baza cutiei/Najlepiej spożyć przed: patrz data na spodzie opakowania. Przechowywać w chłodnym, suchym i ciemnym miejscu/Conservare in luogo fresco e asciutto al riparo dalla luce. Da consumarsi preferibilmente entro il: vedi il fondo/Conservar en un lugar fresco y seco, alejado de la luz. Consumir preferentemente antes de: véase parte inferior/Conservar em local fresco e seco e ao abrigo da luz. Consumir de preferência antes de: ver no fundo da embalagem/Αποθήκευση: σε δροσερό και σκοτεινό μέρος με κλειστό το καπάκι. Ανάλωση κατά προτίμηση πριν: βλέπε καπάκι/

يحفظ في مكان بارد و جاف و مظلم.
صالح للاستخدام حتى: انظر بالأسفل.

400 g e

Faltschachtel
Innenbeutel
Füllhöhe Produkt

Aus technischen Gründen füllt der Inhalt die Faltschachtel nicht vollständig aus.

OATS BE-005-002

PORRIDGE
Warm & cozy

1. 50 g
2. 180 ml milk (vegetal)
3. 5 min
4. Enjoy

MUESLI
Quick & easy

1. 50 g
2. 150 ml milk or yoghurt (vegetal)
3. Enjoy

More recipes on
www.turtlecereals.com

turtle
PORRIDGE
Goji & Chia

Serving suggestion

DE-ÖKO-007
EU/Non-EU Agriculture
BIO ORGANIC

NO ADDED SUGARS**

RICH IN FIBRE

GLUTEN FREE

400 g e

DO YOU KNOW THE STORY OF THE TORTOISE AND THE HARE? THE SLOW TURTLE BEATS THE HARE AND WINS BECAUSE IT KEEPS A STEADY PACE AND NEVER STOPS. THAT'S HOW YOU'LL FEEL AFTER A GOOD BOWL OF TURTLE PORRIDGE.

Join us!

@turtlecereals

Contact us!
www.turtlecereals.com
hello@turtlecereals.com

Turtle Naturprodukte GmbH
36179 Solz, Germany
Turtle srl, Rue du Monastere 12,
1000 Brussels, Belgium
Turtle Cereals LTD, Westwood
House, Annie Med Lane,
South Cave, HU15 2HG, UK
Produced in Germany

RECYCLE WITH US!

21 PAP — **Box**: Made from 100% recycled paper. Please recycle with paper waste.

5 PP — **Bag:** Made from plastic. Check local recycling guidelines for plastic disposal.

Production date: تاريخ الإنتاج:
Best before: / Lot number: صالح للاستخدام حتى:

For more information:
ENVIRONMENTAL LABELLING
ETICHETTATURA AMBIENTALE

FR SACHET + ÉTUI CARTON — BAC DE TRI

5 425038 430097