

## FIOR FIORE Grissoghiotti con Olio di Oliva (8%) 250 g



"Da ingredienti scelti e sapientemente lavorati nasce il grissino Fior Fiore Coop fragrante, invitante e soprattutto molto buono! Provalo anche nella variante al farro integrale... sempre ovviamente a marchio fior fiore Coop! I Grissoghiotti fior fiore sono preparati con sale iodato"

Come smaltire le calorie in eccesso?

Ad esempio 30 minuti di camminata equivalgono a circa 100 kcal.

fior fiore

Il Meglio della Cultura Gastronomica

Senza olio di palma

Fonte di fibra

250g

[ riduci ]

### Ingredienti

Farina di **grano** tenero tipo "0", Olio di oliva 8,4%, Sale iodato 2,2% (sale, iodato di potassio 0,0033%), Lievito di birra, Farina di malto (**frumento**), **Può contenere tracce di soia e semi di sesamo**

[ riduci ]

### Consigli di conservazione

Modalità di conservazione

Per mantenere inalterata la fragranza, dopo l'apertura riponi la confezione in un luogo fresco ed asciutto.

### Valori nutrizionali

	per 100 g	Per porzione (10,5g)	AR % *
Energia	1836 kJ	193 kJ	2,3 %
Energia	436 kcal	46 kcal	2,3 %
Grassi	11,3 g	1,2 g	1,7 %
di cui acidi grassi saturi	1,9 g	0,2 g	1,0 %
Carboidrati	71,7 g	7,5 g	
di cui zuccheri	2,2 g	0,2 g	0,3 %
Fibre	3 g	0,3 g	
Proteine	10,3 g	1,1 g	
Sale	2,27 g	0,24 g	4,0 %

### Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente

Cos'è - Sacchetto - Plastica - PP5 | Dove va - Raccolta plastica

# FIOR FIORE Grissoghiotti con Farro Integrale 250 g



"Da ingredienti scelti e sapientemente lavorati nasce il grissino Fior Fiore Coop fragrante, invitante e soprattutto molto buono! Provalo anche nella variante classica all'olio di oliva... sempre ovviamente a marchio fior fiore Coop! I Grissoghiotti fior fiore sono preparati con sale iodato"

Come smaltire le calorie in eccesso?

Ad esempio 30 minuti di camminata equivalgono a circa 100 kcal.

fior fiore

Il Meglio della Cultura Gastronomica

Senza olio di palma

Fonte di fibra

250g

[ riduci ]

## Ingredienti

Farina di **grano** tenero tipo "0", Olio di oliva 6,3%, Focchi integrali di **grano** tenero 5,1%, Crusca di **frumento** tostata, Sale iodato 2,2% (sale, iodato di potassio 0,0033%), Farina integrale di **farro** 2,1%, Semi di **sesamo**, Lievito di birra, Farina di malto (**frumento**), **Può contenere tracce di soia**

[ riduci ]



Energia	421 kcal	44 kcal	2,2 %
Grassi	10,1 g	1,1 g	1,5 %
di cui acidi grassi saturi	2,1 g	0,2 g	1,1 %
Carboidrati	68,9 g	7,2 g	
di cui zuccheri	2 g	0,2 g	0,2 %
Fibre	5,4 g	0,6 g	
Proteine	11 g	1,2 g	
Sale	2,28 g	0,24 g	4,0 %

## Informazioni Smaltimento

Cattura rettangolare

Coop per l'ambiente

Cos'è - Sacchetto - Plastica - PP5 | Dove va - Raccolta plastica

## Allergeni presenti negli ingredienti

- Soia e prodotti derivati
- Semi di sesamo e prodotti derivati
- Cereali contenenti glutine (grano, orzo, farro, ...) e prodotti derivati
- Uova e prodotti derivati
- Latte e prodotti derivati (compreso lattosio)

# FIOR FIORE Taralli pugliesi con Olio Extra Vergine di Oliva e Semi di Finocchio 400 g



"I Tarallini con olio extra vergine di oliva Fior Fiore nascono da preziosi ingredienti, accuratamente selezionati e lavorati nel rispetto della tradizione pugliese. Profumati, friabili e stuzzicanti aggiungono un tocco sfizioso ai tuoi brunch, aperitivi e pasti. Gustali da soli o in abbinamento a salumi o formaggi che ne esaltano il sapore"

Come smaltire le calorie in eccesso?

Ad esempio 7 minuti di corsa equivalgono a circa 100 kcal.

fior fiore

Il Meglio della Cultura Gastronomica

400g

Cattura rettangolare

[ riduci ]

## Ingredienti

Farina di frumento (**grano**), Olio d'oliva, Olio extra vergine d'oliva 4%, Vino bianco, Sale, Semi di finocchio 1,5%, Antiossidante: estratto di rosmarino, Può contenere tracce di **soia e semi di sesamo**

[ riduci ]

## Origini delle materie prime principali

Farina di frumento: Italia, Austria, Croazia, Francia, Germania

Olio di oliva: Italia, Grecia, Portogallo, Spagna

Olio extra vergine di oliva: Italia, Grecia, Spagna

Vino: Italia

[ riduci ]

PAM/Alimentari-confezionati/Pane-e-snack-salati/Sostitutivi-de

## Valori nutrizionali

	per 100 g	Per porzione (30g)	AR % *
Energia	1957 kJ	587 kJ	7,0 %
Energia	466 kcal	140 kcal	7,0 %
Grassi	17 g	5,1 g	7,2 %
di cui acidi grassi saturi	2,6 g	0,8 g	3,9 %
Carboidrati	68 g	20 g	
di cui zuccheri	1,7 g	0 g	0,6 %
Fibre	2,8 g	0,8 g	
Proteine	9 g	2,7 g	
Sale	2,5 g	0,75 g	12,5 %

## Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente

Cos'è - Sacchetto - Plastica - PP5 | Dove va - Raccolta plastica

## Allergeni presenti negli ingredienti



Soia e prodotti derivati



Semi di sesamo e prodotti derivati



Cereali contenenti glutine (**grano, orzo, farro, ...**) e prodotti derivati

# FIOR FIORE Taralli pugliesi con Olio Extra Vergine di Oliva 400 g



"I Tarallini con olio extra vergine di oliva Fior Fiore nascono da preziosi ingredienti, accuratamente selezionati e lavorati nel rispetto della tradizione pugliese. Profumati, friabili e stuzzicanti aggiungono un tocco sfizioso ai tuoi brunch, aperitivi e pasti. Gustali da soli o in abbinamento a salumi o formaggi che ne esaltano il sapore"

Come smaltire le calorie in eccesso?

Ad esempio 7 minuti di corsa equivalgono a circa 100 kcal.

fior fiore

Il Meglio della Cultura Gastronomica

400g

Cattura rettangolare

[ riduci ]

## Ingredienti

Farina di frumento (**grano**), Olio d'oliva, Olio extra vergine d'oliva 4%, Vino bianco, Sale, Antiossidante: estratto di rosmarino, Può contenere tracce di **soia** e **semi di sesamo**

[ riduci ]

## Origini delle materie prime principali

Farina di frumento: Italia, Croazia, Francia, Ucraina, Ungheria

Olio di oliva: Italia, Grecia, Portogallo, Spagna

Olio extra vergine di oliva: Italia, Grecia, Portogallo, Spagna

Vino: Italia

## Valori nutrizionali

	per 100 g	Per porzione (30g)	AR % *
Energia	1957 kJ	587 kJ	7,0 %
Energia	466 kcal	140 kcal	7,0 %
Grassi	17 g	5,1 g	7,2 %
di cui acidi grassi saturi	2,6 g	0,8 g	3,9 %
Carboidrati	68 g	20 g	
di cui zuccheri	1,7 g	0 g	0,6 %
Fibre	2,8 g	0,8 g	
Proteine	9 g	2,7 g	
Sale	2,5 g	0,75 g	12,5 %

## Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente

Cos'è - Sacchetto - Plastica - PP5 | Dove va - Raccolta plastica

## Allergeni presenti negli ingredienti



Soia e prodotti derivati



Semi di sesamo e prodotti derivati



Cereali contenenti glutine (grano, orzo, farro, ...) e prodotti derivati



"Il Pane Carasau Fior Fiore nasce da ingredienti selezionati e lavorati nel rispetto della tradizione sarda. Conosciuto anche come carta musica, si caratterizza per la spiccata croccantezza; puoi gustarlo secco eventualmente con aggiunta di olio extravergine e sale, ma anche ammorbidito con rapida immersione in acqua in modo da poter essere avvolto attorno a salumi, formaggi o altri ingredienti a piacere."

Come smaltire le calorie in eccesso?  
 Ad esempio 7 minuti di corsa equivalgono a circa 100 kcal.  
 Fior fiore  
 Il Meglio della Cultura Gastronomica  
 300g

[ riduci ]

### Ingredienti

Semola di **grano** duro rimacinata (87%), Acqua, Sale, Lievito di birra

### Origini delle materie prime principali

Semola da grano duro: Italia, Canada

	per 100 g	Per sfoglia (13 g)	AR % *
<b>Energia</b>	1463 kJ	190 kJ	2,2 %
<b>Energia</b>	345 kcal	45 kcal	2,2 %
<b>Grassi</b>	1,6 g	0 g	0,0 %
<b>di cui acidi grassi saturi</b>	0,3 g	0 g	0,2 %
<b>Carboidrati</b>	71 g	9,2 g	
<b>di cui zuccheri</b>	1,5 g	0 g	0,0 %
<b>Fibre</b>	3,4 g	0 g	
<b>Proteine</b>	10 g	1,3 g	
<b>Sale</b>	1,5 g	0,2 g	3,3 %

### Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente  
 Cos'è - Astuccio - Cartoncino - PAP21 | Dove va - Raccolta carta  
 Cos'è - Incarto - Plastica - LDPE 04 | Dove va - Raccolta plastica

### Allergeni presenti negli ingredienti

**Cereali contenenti glutine (grano, orzo, farro, ...) e prodotti derivati**



"I Tarallini con olio extra vergine di oliva fior fiore nascono da preziosi ingredienti, selezionati e lavorati nel rispetto della tradizione pugliese. Profumati, friabili e stuzzicanti aggiungono un tocco sfizioso ai tuoi brunch, aperitivi e pasti. Gustali da soli o in abbinamento a salumi o formaggi che ne esaltano il sapore. Grazie alle pratiche monoporzioni, oggi puoi gustarli anche fuori casa in ogni momento della giornata."

Come smaltire le calorie in eccesso?

Ad esempio 7 minuti di corsa equivalgono a circa 100 kcal.

fior fiore

Il Meglio della Cultura Gastronomica

Cattura rettangolare

Contiene 12 Sacchetti Monoporzione

420g e (12x35g)

[ riduci ]

### Ingredienti

Farina di frumento (**grano**), Olio d'oliva, Olio extra vergine d'oliva 4%, Vino bianco, Sale, Antiossidante: estratto di rosmarino, Può contenere tracce di **soia** e **semi di sesamo**

[ riduci ]

### Origini delle materie prime principali

Farina di frumento: Italia, Croazia, Francia, Ucraina, Ungheria

Olio di oliva: Italia, Grecia, Portogallo, Spagna

Olio extra vergine di oliva: Italia, Grecia, Portogallo, Spagna

Vino: Italia

AM/Alimentari-confezionati/Pane-e-snack-salati/Sostitutivi-de...

	per 100 g	Per sacchetto (35 g)	AR % *
Energia	1957 kJ	685 kJ	8,2 %
Energia	466 kcal	163 kcal	8,2 %
Grassi	17 g	5,9 g	8,5 %
di cui acidi grassi saturi	2,6 g	0,9 g	4,6 %
Carboidrati	68 g	24 g	
di cui zuccheri	1,7 g	0,6 g	0,6 %
Fibre	2,8 g	1 g	
Proteine	9 g	3,1 g	
Sale	2,5 g	0,87 g	14,5 %

### Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente

Cos'è - Sacchetto - Plastica - PP5 | Dove va - Raccolta plastica

### Allergeni presenti negli ingredienti



Soia e prodotti derivati



Semi di sesamo e prodotti derivati



Cereali contenenti glutine (grano, orzo, farro, ...) e prodotti derivati

# FIOR FIORE Friselle pugliesi di Grano Duro 350 g



"Le Friselle pugliesi fior fiore Coop nascono da ingredienti selezionati e lavorati nel rispetto della tradizione pugliese. Possono essere gustate come crostino con un filo d'olio extravergine di oliva o, secondo la tradizione pugliese, bagnate e condite (come da ricetta consigliata).

Ingredienti: 2 Friselle, 200g di pomodori, 1 spicchio di aglio, un pizzico di sale, un pizzico di origano, 20g (2 cucchiaini) di olio extravergine di oliva.

Posizionare su un piatto da portata le friselle e bagnare ciascuna di esse con 3 cucchiaini di acqua a temperatura ambiente. Tagliare a pezzetti i pomodori, versarli in una ciotola e condire con l'olio extravergine d'oliva, l'aglio tagliato a pezzettini, l'origano ed il sale.

Mescolare.

Disporre sulle friselle il condimento preparato. Servire e consumare subito."

fior fiore

Il Meglio della Cultura Gastronomica

350g

[ riduci ]

## Ingredienti

Semola rimacinata di **grano** duro, Acqua, Lievito di birra, Farina di **grano** tenero tipo 00, Sale. Può contenere tracce di **uova**. Per la produzione di 100g di friselle sono stati utilizzati 105g di semola rimacinata

[ riduci ]



	per 100 g	per unità (44 g)	%
Energia	1549 kJ	678 kJ	8,0 %
Energia	365 kcal	160 kcal	8,0 %
Grassi	1 g	0 g	0,6 %
di cui acidi grassi saturi	0 g	0 g	0,0 %
Carboidrati	76 g	33 g	
di cui zuccheri	1 g	0 g	0,0 %
Fibre	2 g	0,9 g	
Proteine	12 g	5,3 g	
Sale	1,5 g	0,66 g	10,9 %

## Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente

Cos'è - Sacchetto - Plastica - PP5 | Dove va - Raccolta plastica

Cos'è - Incarto interno - Plastica - 07 | Dove va - Raccolta plastica

## Allergeni presenti negli ingredienti



Cereali contenenti glutine (grano, orzo, farro, ...) e prodotti derivati



Uova e prodotti derivati