



# PROTEINRIK VARMMAT

Næringstette varmretter for  
kjøkken i offentlig sektor



# Gjør proteinrik varmmat til god butikk

## Når måltider betyr mer

I offentlig sektor handler måltider om mer enn bare mat: de er et viktig virkemiddel for helse, trivsel og livskvalitet!

Enten det gjelder eldreomsorg, sykehus, institusjoner eller kantiner, må maten være næringsrik og smakfull. Samtidig må kjøkkenet kunne levere store volumer, stabil kvalitet og kostnadseffektiv drift.

I Orkla Foods Partner hjelper vi deg å finne riktige proteinkilder og effektive løsninger som gjør det enklere å tilberede smakfulle, næringstette varmretter i tråd med kostholdsrådene. Det gir forutsigbare kostnader og måltider som ivaretar både helsebehov og driftsøkonomi.

## Hvem er Orkla Foods Partner?

Vi er din samarbeids-partner med inspirasjon som gjør det enklere å skape varmmat med god smak i en hektisk hverdag.

Utviklet for profesjonelle kjøkken i offentlig sektor. Vi tilbyr:

- **Proteinrike og næringstette hverdagsretter med økonomiske proteinkilder**
- **Produkter som forenkler den hektiske kjøkkenhverdagen og reduserer svinn**
- **Fleksible oppskrifter som gir menyvariasjon uten merarbeid**

Orkla Foods Partner har bestselgerne som nordmenn liker, så du kan enkelt lage varmretter med riktig balanse mellom smak, ernæring og lønnsomhet.

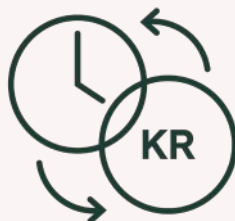
## Det er flere 50/50 oppskrifter i brosjyren:

50/50-løsningen innebærer at halvparten av kjøttet erstattes med vegetarfarse i en rett. En god løsning for både kjøkken-økonomien og for å redusere CO2-utslipp.



 **Orkla**  
Foods  
Partner

**Raskt, enkelt  
og lønnsomt**





### **Alle oppskriftene i brosjyren er ernæringsberegnet**

Det er viktig fordi eldre har et økt behov for protein for å bevare muskelmasse, styrke og funksjonsevne. Samtidig har mange redusert matlyst av ulike årsaker, og trenger derfor mer næring i mindre porsjoner.



### NÆRINGSINNHold (per porsjon)

Energi 1970 kJ/470 kcal

#### Energigivende

Fett	22 g
Karbohydrat	38 g
Kostfiber	7 g
Protein	26 g

# Shepherd's Pie

## INGREDIENSER (10 porsjoner)



## FREMGANGSMÅTE

- 400 g **Stabburet Vegetar Farse**
- 400 g kjøttdeig
- 140 g sjampinjong (skivet, frossen)
- 140 g paprikamiks (strimlet, frossen)
- 170 g **TORO Proffkjøkken Stroganoffgryte**
- 35 g **TORO Melkepulver Proteinrikt**
- 270 g rømme
- 1 l vann

### POTETMOSLOKK

- 300 g **TORO Potetmos**
- 35 g **TORO Melkepulver**
- 1,1 l vann
- 50 g smør

### TOPPING

- 110 g ost (revet)
- 50 g griljermel

- Bland kjøttdeig og farse i bakker. Stek i en kombidamper på 175°C, 20 % damp i 12-15 minutter. Rør etter 5 min for best resultat.
- Bland sammen sjampinjong og paprika i bakker. Stek i kombidamper på 180°C, 20 % damp i 10-15 minutter. Rør et par ganger for å få en jevn steking.
- Bland stroganoffpulver sammen med melkepulver, vann og rømme. Kok opp og la småkoke i 10 minutter under omrøring.
- Skru av varmen, vend inn farsen og grønnsakene. Smak til med salt og pepper.
- Spre gryten utover i en gastroform.
- Lag potetmosen etter anvisning med vann, smør og melkepulver.
- Fordel potetmosen jevnt over gryten. Strø over over revet ost blandet med griljermel.
- Stek i ovnen på 170°C i 20-30 minutter til potetlokket har fått en gyllenbrun farge.
- Server med grønn salat og godt brød.

**Tips:** Retten kan fint lages dagen i forveien og avkjøles. Ved oppvarming bør retten stekes på 160°C i 40-45 minutter. Den kan også stekes, avkjøles og porsisjoneres i kald tilstand for utsending i porsjon.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
2548436	TORO Proffkjøkken Stroganoffgryte	Gluten, melk og sennep
638114	TORO Potetmos m/melk	Melk og sulfitt

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
6350383	Stabburet Vegetar Farse	Soya



### INGREDIENSER (10 porsjoner)

- 250 g gul løk
- 330 g paprikamiks (frossen, strimlet)
- 8 g hvitløkspuré (TORO Urter i Olje Hvitløk)
- 100 g **TORO Meksikansk Tomatsuppe Pulver**
- 330 g hermetiske tomater (hakkede)
- 5 dl vann
- 2 dl kokosmelk
- 420 g bønnemiks (hermetisk)
- 670 g **TORO Fisk & Grønnsaksblanding**
- 0,2 dl limejuice
- 2 g chiliflak

### BYGGRYN

- 600 g byggryn
- 1,2 l vann
- 10 g **TORO Grønnsaksbuljong Salt.red.**

### TILBEHØR

- 1,5 ss koriander (hakket)
- 5 stk lime (båter)



### NÆRINGSINNHold (per porsjon)

Energi	1254 kJ/298 kcal
<b>Energigivende</b>	
Fett	7 g
Karbohydrat	39 g
Kostfiber	9 g
Protein	15 g

# Brasiliansk fiskesuppe

### FREM GANGSMÅTE

1. Kutt løk i tynne strimler.
2. Stek løk og paprika raskt i olivenolje til de er blanke og myke. Bland i hvitløkspuré mot slutten av steketiden og stek litt til.
3. Tilbered meksikansk tomatsuppe ved å blande pulver, vann, hakkede tomater og kokosmelk. Kok opp under omrøring og kok til sammen i 5 minutter med omrøring av og til.
4. Ha i grønnsakene og bønnemiksen og smak til med limesaft og chiliflak.
5. Tilsett fisketerninger og la trekke noen minutter.
6. Kok byggrynet sammen med grønnsaksbuljong.
7. Grovhakk koriander og kutt lime i båter
8. Server gryten på toppen av byggrynet. Strø over koriander og pynt med limebåter.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
1710912	TORO Meksikansk tomatsuppe	Gluten og melk
2771541	TORO Grønnsaksbuljong salt.red	-

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
5017355	TORO Fisk- & grønnsaksblanding	Fisk
241505	TORO Krydderiet Urter i olje hvitløk	-



#### NÆRINGSINNHOLD (per porsjon)

Energi 1388 kJ/330 kcal

#### Energigivende

Fett	10 g
Karbohydrat	33 g
Kostfiber	11 g
Protein	22 g



#### INGREDIENSER (10 porsjoner)



400 g **Stabburet Formbar Farse**  
 400 g karbonadedeig  
 2 g **TORO Grønnsaksbuljong Salt.red.**  
 100 g egg (2 stk)  
 2 g paprikapulver  
 25 g løk (finhakket)  
 1 g pepper (malt)  
 30 g griljermel  
 4 g persille (hakket)

#### TOPPING

40 g **Idun Sennep (grov)**  
 40 g griljermel

#### TILBEHØR

1200 g rotgrønnsaker i sesong  
 300 g brokkolibuketter  
 1000 g poteter (kokte)

#### BRUN SAUS

100 g **TORO Brun Middagssaus Paste**  
 1 l vann

# Kjøttpudding med grønnsaker og brun saus

#### FREM GANGSMÅTE

1. Putt alle ingrediensene til kjøttpuddingen i en mikser og rør raskt sammen til en jevn blanding.
2. Bland inn hakket persille og legg blandingen over i en brødform.
3. Smør toppen med sennep og dryss deretter over griljermel.
4. Stek kjøttpuddingen i konveksjonsovnen på 180°C i ca. 30 minutter.
5. Bland rotgrønnsakene med olje, salt og pepper og stek i ca. 20 minutter ved 200°C.
6. Damp brokkolibukettene.
7. Tilbered brun saus etter anvisning.
8. Skjær kjøttpuddingen i skiver, og server sammen med rotgrønnsakene, brokkoli, brun saus og kokte poteter.

#### Ønsker du en ekstra mettende kjøttpudding?

Legg til 2 hardkokte egg i midten av puddingen under tilberedning

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
6350433	Stabburet Vegetar Formbar Farse	Soya
2771541	TORO Grønnsaksbuljong Saltredusert	-
2217008	Idun Sterk & Grov Sennep	Sennep

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
592337	TORO Krydderiet Pepper sort malt	-
6053755	TORO Brun middagssaus paste	Gluten



**NÆRINGSINNHold**  
(per porsjon)

Energi 2433 kJ/584 kcal

**Energigivende**

Fett 39 g  
Karbohydrat 32 g  
Kostfiber 9 g  
Protein 23 g



# Tikka Masala

**INGREDIENSER**  
(10 porsjoner)

EN  
**50/50**  
LØSNING

**FREMGANGSMÅTE**

- 360 g kyllingkjøttdeig
- 360 g **Stabburet Vegetar Farse**
- 5 g **TORO Tandoori Masala krydder**
- 200 g **TORO Tikka Masala Gryte**
- 3,6 dl fløte
- 1,1 l vann
- 250 g løk (ternet)
- 110 g rød paprika (ternet)
- 150 g kikerter (drenert)
- 440 g poteter (ternet)

**RAITA TWIST**

- 300 g **Idun Hvitløksdressing**
- 15 g mynte (frisk)
- 7 g spisskummen
- 15 g limesaft
- 15 g koriander (til pynt)

1. Bland kyllingkjøttdeig, farse og tandoori masalakrydder i bakker. Stek i en kombidamper på 175°C, 20 % damp i 12-15 minutter. Rør etter 5 min for best resultat.
2. Lag TORO Tikka Masala ved å blande pulver med vann og fløte. Kok opp under omrøring og la den småkoke i ca. 10 minutter.
3. Damp potetterningene i en steam-ovn.
4. Stek løk og paprika raskt i en panne.
5. **Raita twist:**  
Bland Idun hvitløksdressing med hakket frisk mynte, spisskummen og limesaft. La stå og trekke i 10-15 minutter før servering.
6. Bland sammen ferdig gryte, drenerte kikerter, stekte grønnsaker og dampede potetterninger. Server gryten med raita twist og korianderblader til topping.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
2548386	TORO Tikka Masala Gryte	Melk
6350383	Stabburet Vegetar Formbar Farse	Soya

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
603936	TORO Tandoori Masala krydder	-
2545002	Idun Hvitløksdressing	Egg, melk og sennep

# PROTEIN ER NØDVENDIG FOR Å BYGGE OG REPARERE KROPPEN!

---

## Protein er kroppens byggesteiner

Protein er nødvendig for å bevare muskler, styrke og funksjonsevne.



*Bygger og vedlikeholder muskler*



*Bidrar til sterkt skjelett*



*Viktig for immunforsvaret og restitusjon*

*Protein hjelper kroppen å fungere – hver dag.*

## Protein er ekstra viktig for de eldre

---



- Eldre spiser ofte mindre mat.
- Kroppen tar opp mindre protein.
- Behovet for protein er like høyt – eller høyere.

---

***Derfor må maten være næringstett!***

## 25 g protein per måltid!



- Eldre trenger ca. 75–90 g protein per dag.
- Best fordelt utover dagen.
- Ca. 20–30 g protein per måltid.

## Det er mange måter å få i seg protein

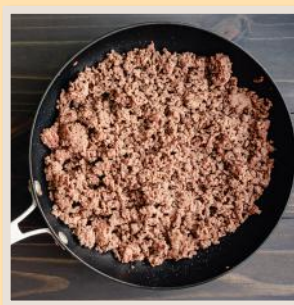
*Protein finnes i helt vanlige retter.*



4 egg ≈  
28 g protein



2 skiver  
med ost & skinke  
≈ 34 g protein



200 g kjøttdeig ≈  
26 g protein



5 pannekaker ≈  
23 g protein

## Hva betyr dette for kokken?

Når eldre spiser mindre mat og kroppen tar opp mindre protein, må hvert måltid gi mest mulig næring.

*Derfor er proteinrike og næringstette retter avgjørende.*





#### NÆRINGSINNHold (per porsjon)

Energi 2249 kJ/539 kcal

#### Energigivende

Fett	27 g
Karbohydrat	51 g
Kostfiber	16 g
Protein	16 g

# Bakt Gulrot- og Sellerisuppe

## INGREDIENSER (10 porsjoner)



## FREMGANGSMÅTE

- 1200 g gulrot (i terninger, frosne)
- 400 g sellerirot (i terninger, frosne)
- 400 g løk (ternet, frossen)
- 2 ss hvitløkspuré (**TORO Urter i Olje Hvitløk**)
- 2 ss ingefærpuré
- 1 dl olivenolje
- 8 dl appelsinjuice
- 40 g **TORO Grønnsaksbuljong Salt.red.**
- 2 l vann
- 6 dl kremfløte
- 50 g **TORO Melkepulver Proteinrikt**
- 250 g gule erter hermetiske (drenert vekt)
- 2 g svart pepper (malt)

1. Bland sammen grønnsaker, olivenolje, hvitløks- og ingefærpuré i en bakke.
2. Stek i konveksjonovn på 185°C i 10-20 minutter til alt er mykt og gyllent.
3. Putt grønnsakene og de gule ertene i en kjele sammen med vann, buljong og appelsinjuice.
4. Kok opp og la grønnsakene koke i 10 minutter. Kjør deretter blandingen til en glatt puré med stavmikser.
5. Tilsett fløte og melkepulver i pureen og gi det et raskt oppkok under omrøring.
6. Smak til med pepper og buljong.
7. Dryss over hakket bladpersille og eventuelt chiliflak før servering.

## TOPPING

- 20 g bladpersille (hakket)
- 0,5 g chiliflak (kan sløyfes)

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
2771541	TORO Grønnsaksbuljong Saltredusert	-
241505	TORO Krydderiet Urter i olje hvitløk	-

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
4963401	TORO Melkepulver Proteinrikt	Melk



**NÆRINGSINNHOLD**  
(per porsjon)

Energi 2617 kJ/622 kcal

**Energigivende**

Fett 16 g  
Karbohydrat 91 g  
Kostfiber 18 g  
Protein 19 g



**INGREDIENSER**  
(12 porsjoner)



- 0,5 dl olivenolje
- 300 g gul løk (grovhakket)
- 300 g paprika, gul og rød (ternet)
- 104 g **TORO pastasaus m/ tomat & urter**
- 8 dl vann
- 400 g tomater (hermetiske)
- 5 g hvitløkspuré (**TORO Urter i Olje Hvitløk**)
- 50 g tørket aprikos (i små terninger)
- 30 g tahini sesampaste
- 250 g grønnkål (strimlet)
- 600 g **Stabburet Vegetar Falafel**
- 3 dl gresk yoghurt
- 30 g fersk mynte (hakket)

**BØNNEMOS**

- 400 g hvite bønner (hermetiske)
- 170 g **TORO Potetmos m/melk**
- 8 dl vann
- 30 g smør
- 2,5 g Hvitløkspuré (**TORO Urter i Olje**)
- 50 g sitronsaft
- 1 g persille (hakket)

# Bakt Falafel med bønnepuré

**FREM GANGSMÅTE**

1. Stek grovhakket løk og paprika i olivenolje og legg til side.
2. Tilbered deretter tomat & urtesaus etter anvisning med vann og hakkede tomater.
3. Rør inn hvitløk i olje, aprikos terninger og tahini, og gi det et raskt oppkok.
4. Bland inn de stekte grønnsakene, strimlet grønnkål og hell blandingen over i gastrornbakker.
5. Fordel falafelen jevnt over grønnkålsblanding, og bak i konveksjonsovn på 180°C i 10 til 15 minutter.
6. Bland sammen gresk yoghurt og hakket mynte, og smak til med pepper.
7. Dander noen striper med yoghurtblanding over falafelen før servering.
8. Server sammen med bønnepuré.

**Bønnepuré:**

1. Sil og spyl bønnene.  
Damp i 5-6 minutter og mos til en glatt puré med en stavmikser.
2. Tilbered TORO Potetmos etter anvisning på pakken.
3. Bland sammen potetmos og bønnepuré.  
Smak til med hvitløkspuré og sitronsaft.
4. Bland inn hakket persille før servering.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
6060651	Stabburet Vegetar Falafel	-
241505	TORO Krydderiet Urter i olje hvitløk	-

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
638114	TORO Potetmos m/melk	Melk og sulfitt
4591103	TORO Pastasaus m/ tomat & urter	-



#### NÆRINGSINNHOLD (per porsjon)

Energi 2386 kJ/570 kcal

#### Energigivende

Fett	19 g
Karbohydrat	62 g
Kostfiber	5 g
Protein	36 g



**INGREDIENSER**  
(12 stk – 1 gastronom)

EN  
**50/50**  
LØSNING

#### FREM GANGSMÅTE

- 0,5 kg **Stabburet Vegetar Formbar Farse**
- 0,5 kg kjøttdeig
- 250 g Norrek Soffritto Basegrønnsaker
- 310 g **TORO Lasagnesaus**
- 200 g hermetiske tomater (hakkede)
- 1,2 l vann
- 2 l melk
- 12 stk **TORO Lasagneplater**
- 0,3 kg ost (revet)

1. Brun kjøttdeig i en gryte. Tilsett farse og soffritto grønnsakene, og stek videre i et par minutter til alt er godt blandet.
2. Tilsett lasagnesauspulver og rør godt. Ha i hakkede tomater, melk og vann. Kok opp under omrøring og la sausen småkoke i ca. 2 minutter.
3. Fordel saus og lasagneplater lagvis i en gastronombakke, totalt 4 lag. Begynn og avslutt med saus.
4. Strø revet ost jevnt over toppen.
5. Stek i ovn på 175 °C i ca. 25 minutter og har fått en gyllen overflate. Ser sammen med frisk salat og godt brød.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
1767599	TORO Lasagnesaus	Melk
6350433	Stabburet Vegetar Formbar Farse	Soya

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
1632470	TORO Lasagneplater	Gluten



**NÆRINGSINNHOLD**  
(per porsjon)

Energi 2785 kJ/660 kcal

**Energigivende**

Fett 25 g  
Karbohydrat 77 g  
Kostfiber 4 g  
Protein 32 g



# Klassiske kjøttkaker med brun saus

## INGREDIENSER

(10 porsjoner)

### ERTESTUING

250 g **TORO Ertestuing Grønn**  
7 dl vann

### BRUN SAUS

100 g **TORO Brun Middagssaus Paste**  
1 l vann

### KJØTTKAKER & TILBEHØR

20 stk **Mors Kjøttkaker Grove** (ca. 65 g pr. stk)  
800 g gulrøtter (kokte)  
1 kg poteter (kokte)

## FREMANGSMÅTE

1. Tilbered ertestuingen etter anvisning på pakken.
2. Visp brun saus paste ut i lunkent vann.  
Kok opp under omrøring og la sausen småkoke i ca. 5 minutter.
3. Fordel sausen i gastronorbakker og legg kjøttkakene i sausen.
4. Varm under lokk i ovn på 170 °C i ca. 20 minutter, eller til kjøttkakene har en kjernetemperatur på minimum 65 °C.
5. Server kjøttkakene med brun saus, ertestuing, kokte gulrøtter og kokte poteter eller potetmos.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
6821417	Mors Grove Kjøttkaker 65 g	-
1711159	TORO Ertestuing Grønn	Sulfitt

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
6053748	TORO Brun Middagssaus Paste	Gluten



# DESSERT MED ET PROTEINLØFT

Dessert er en viktig del av måltidsdøgnet i offentlig sektor. Selv om ingen av oppskriftene her er «*proteinrike*», har vi gjort noen enkle grep som øker proteinnivået litt. Her får du desserter som oppleves like gode som klassikerne, men med litt mer protein i hver porsjon.



## INGREDIENSER (35 porsjoner)

### KAKE

- 883 g **TORO Brownie Langpanne**
- 300 g bønner hvite store (kokt)
- 200 g kesam (vanilje)
- 50 g **TORO Melkepulver**
- 2 dl kaffe (gjærne litt sterk)
- 1,5 dl helmelk
- 2 stk egg
- 150 g smør (smeltet)

### KAKEKREM

- 350 dl fløte
- 200 g kesam (vanilje)
- 20 g melis
- 40 g **TORO Melkepulver**

### TILBEHØR

- 600 g bær (friske, til pynt)

## NÆRINGSINNHOLD (per porsjon)

Energi	892 kJ/213 kcal
<b>Energigivende</b>	
Fett	10 g
Karbohydrat	26 g
Kostfiber	2 g
Protein	5 g

## Sjokoladekake med Bønner

### FREM GANGSMÅTE

1. Mos bønnene og rør inn kaffe til en jevn blanding.
2. Knekk eggene, smelt smøret og rør sammen all væsken.
3. Bland væsken sammen med TORO Brownie-miksen.
4. Kle et gastronorbrett med bakepapir (H65 × L354 × B325 mm, ca. 5,5 liter).
5. Stek i varmluftsovn på 170 °C i ca. 40 minutter.
6. Pisk fløten lett, og vend inn melis, TORO melkepulver og kesam til slutt.
7. Server med friske bær.



EPD	VARENAVN	ALLERGEN
4251310	TORO Brownies Langpanne	Gluten

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
4963401	TORO Melkepulver proteinrikt	Melk

**NÆRINGSINNHOOLD**  
(per porsjon)

Energi 929 kJ/220 kcal

**Energigivende**

Fett 10 g  
 Karbohydrat 27 g  
 Kostfiber 0 g  
 Protein 6 g



# Yoghurt Panna Cotta

**INGREDIENSER**

(10 porsjoner)

- 210 g **TORO Panna Cotta**
- 10 g **TORO Melkepulver**
- 1 l helmelk
- 1,25 dl kremfløte
- 125 g yoghurt naturell
- 6 g limeskall (raspet)
- 40 g honning

**FREM GANGSMÅTE**

1. Bland pulver, melk og fløte i en kjele. Kok opp under omrøring.
2. Rør inn yoghurt, honning og revet limeskall til en jevn blanding.
3. Fordel i porsjonsformer og avkjøl i 3–4 timer.
4. Pynt gjerne med tørket ananas, revet sitronskall og ristede mandler.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
1767623	TORO Panna Cotta	Melk

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
4963401	TORO Melkepulver proteinrikt	Melk

**NÆRINGSINNHOOLD**  
(per porsjon)

Energi 1329 kJ/318 kcal

**Energigivende**

Fett 19 g  
 Karbohydrat 28 g  
 Kostfiber 1 g  
 Protein 9 g



# Kesam Vaffler

**INGREDIENSER**

(10 porsjoner)

- 350 g **TORO Vaffelmiks**
- 35 g **TORO Melkepulver**
- 4,5 dl vann
- 1,5 dl **TORO Rapsolje**
- 485 g kesam (vanilje, mager)

**FREM GANGSMÅTE**

1. Bland pulveret. Tilsett væske og rør til en glatt røre.
2. Visp inn kesamen og la røren svulle i 20 minutter.
3. Stek vafflene i godt oppvarmet vaffeljern.
4. Server med kesam og jordbærsyltetøy.

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
1760750	TORO Vaffelmiks	Egg, gluten & melk
2636926	TORO Supreme rapsolje m/smørsmak	-

EPD	VARENAVN	ALLERGEN
4963401	TORO Melkepulver proteinrikt	Melk

# HVORDAN GJØRE SUPPE MER PROTEINRIK?

Suppe er et allsidig, grønt og økonomisk smart valg som passer like godt til lunsj som til middag. Den er enkel å tilberede i store mengder og gir rom for kreativitet med smak, farge og garnityr.

Suppe gir en god mulighet til å bruke sesongens grønnsaker og restemat på en smakfull måte. Variasjon i konsistens, kryddring, protein og garnityr gjør det enkelt å tilpasse menyen etter både årstid og målgruppe.

Når suppen ser lekker ut, smaker godt og metter, blir den et naturlig førstevalg for mange.

**La oss gi suppen den oppmerksomheten den fortjener!**

## Metningsgarnityr

For å gjøre suppen mer mettende, kan man tilsette metningsgarnityr som gir både mer tyggemotstand, økt næringsverdi og en følelse av et komplett måltid.

✓ Grønnsaker

✓ Poteter

✓ Pasta

✓ Ris

✓ Linser

✓ Bønner

✓ Gnocchi

✓ Quinoa

✓ Couscous

✓ Bulgur

✓ Byggryn

✓ Rotgrønnsaker

✓ Tortelloni

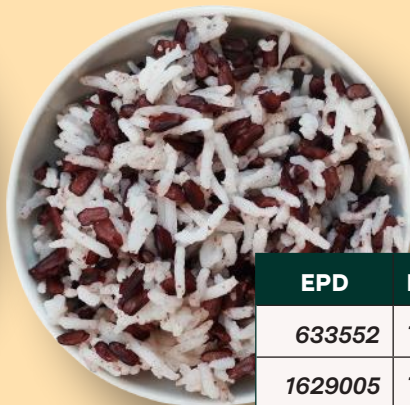
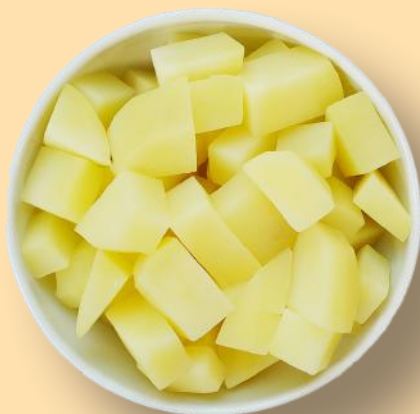
✓ Kikerter

✓ Erter

✓ Grønncål

✓ Stekt blomkållris

✓ Dumplings



EPD	PRODUKTNAMN
633552	TORO Middagsris
1629005	TORO Makaroni

# Protein



Ved å tenke smart rundt proteiner kan man løfte enhver suppe fra siderett til hovedrett. Et godt proteintilskudd gjør suppen både mer mettende, næringsrik og balansert.

- |                  |             |                   |                 |
|------------------|-------------|-------------------|-----------------|
| ✓ Egg            | ✓ Linser    | ✓ Kylling         | ✓ Formbar Farse |
| ✓ Strimlet kjøtt | ✓ Bønner    | ✓ Skalldyr        | ✓ Lever         |
| ✓ Bacon          | ✓ Tofu      | ✓ Mozzarellakuler | ✓ Bønner        |
| ✓ Pølser         | ✓ Skinke    | ✓ Paneer ost      | ✓ Kikerter      |
| ✓ Fisk           | ✓ Kjøttdeig | ✓ Halloumi ost    | ✓ Soyabønner    |



EPD	PRODUKTNAMN
5218219	Stabburet Ost & Chili Pølse
2244218	Stabburet Wienerpølse
6498828	Stabburet Grov Chorizo Pølse
6495923	Stabburet Bratwurst Pølse, stekt
6060651	Stabburet Vegetar Falafel
1858612	TORO Seiloins m/ sitronpepper

EPD	PRODUKTNAMN
5017355	TORO Fisk- & Grønnsaksblanding
2541522	Stabburet Kjøttdeig Taco
1830082	Stabburet Kjøttdeig, stekt
6350433	Stabburet Vegetar formbar farse
5658729	Stabburet Vegetar Boller
1929041	Stabburet Mors Kjøttboller, spanske
1830249	Stabburet Skinkebiter

# LOKALE KONTAKTPERSONER

## REGION NORD



REGIONSJEF

**Husby, Thor Egil**  
Tlf: 909 88 445  
thor.egil.husby@orkla.no

## TROMS / V. FINNMARK



SALGSSJEF

**Ness, Yngve**  
Tlf: 957 04 142  
yngve.ness@orkla.no

## NORDLAND / TROMS Ø.FINNMARK



SALGSSJEF

**Nordahl, Jan Arne**  
Tlf: 913 06 255  
jan.arne.nordahl@orkla.no

## TRØNDELAG / NORDLAND



SALGSSJEF

**Arntsen, Per Anders**  
Tlf: 917 37 990  
per.anders.arntsen@orkla.no

## TRØNDELAG



SALGSSJEF

**Stokdal, Kevin**  
Tlf: 980 15 261  
kevin.stokdal@orkla.no

## SUNNMØRE



SALGSSJEF

**Olsen, Line Skogtrø**  
Tlf: 958 83 444  
line.skogtro.olsen@orkla.no

## MØRE / TRØNDELAG



SALGSSJEF

**Beite, Rolf Jarle**  
Tlf: 950 79 192  
rolf.jarle.beite@orkla.no

## REGION ØST



REGIONSJEF

**Einbu, Stian**  
Tlf: 480 36 678  
stian.einbu@orkla.no

## SKØYEN / BUSKERUD



SALGSSJEF

**Reiersrud, Jens M.**  
Tlf: 905 87 435  
jens.morten.reiersrud@orkla.no

## OSLO / AKERSHUS / INNLANDET



SALGSSJEF

**Greni, Morten André**  
Tlf: 910 06 787  
morten.andre.greni@orkla.no

## ØSTFOLD



SALGSSJEF

**Folkestad, Geir S.**  
Tlf: 928 96 734  
geir.sindre.folkestad@orkla.no

## INNLANDET



SALGSSJEF

**Gudbrandsen, Bjørn**  
Tlf: 928 96 966  
bjorn.gudbrandsen@orkla.no

## OSLO / AKERSHUS / INNLANDET



SALGSSJEF

**Spiel, Truls Oddvar**  
Tlf: 900 31 063  
truls.spiel@orkla.no

## OSLO / AKERSHUS



SALGSSJEF

**Andresen, Espen**  
Tlf: 926 41 714  
espen.andresen@orkla.no

## REGION SØR



REGIONSJEF

**Grimstad, Jeanette S**  
Tlf: 482 36 855  
jeanette.sorum.grimstad@orkla.no

## SKØYEN



SALGSSJEF

**Iversen, Tore**  
Tlf: 928 96 974  
tore.iversen@orkla.no

## VESTFOLD / DRAMMEN



SALGSSJEF

**Øyahals, Håvard**  
Tlf: 482 57 306  
havard.oeyahals@orkla.no

## AGDER



SALGSSJEF

**Jenssen, Ådne**  
Tlf: 957 39 218  
adne.jenssen@orkla.no

## OSLO VEST / VALDRES / HALLINGDAL



SALGSSJEF

**Andersen, Jon**  
Tlf: 907 61 435  
jon.andersen@orkla.no

## TELEMARK / LARVIK



SALGSSJEF

**Amundsen, Morthen L.**  
Tlf: 911 74 190  
morthen.ludvig.amundsen@orkla.no

## REGION VEST



REGIONSJEF

**Espedal Olsen, Glenn Martin**  
Tlf: 402 20 315  
glenn.martin.espedal.olsen@orkla.no

## SKØYEN



SALGSSJEF

**Iversen, Tore**  
Tlf: 928 96 974  
tore.iversen@orkla.no

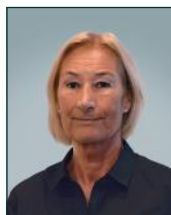
## VESTLAND



SALGSSJEF

**Eide, Kari Hoff**  
Tlf: 928 96 718  
kari.hoff.eide@orkla.no

## VESTLAND



SALGSSJEF

**Sundt, Marianne**  
Tlf: 928 96 915  
marianne.sundt@orkla.no

## ROGALAND



SALGSSJEF

**Kvinen, Thor-Arve**  
Tlf: 928 96 925  
thor-arve.kvinen@orkla.no

## ROGALAND



SALGSSJEF

**Rognsvåg, Tommy**  
Tlf: 958 79 296  
tommy.rognsvag@orkla.no

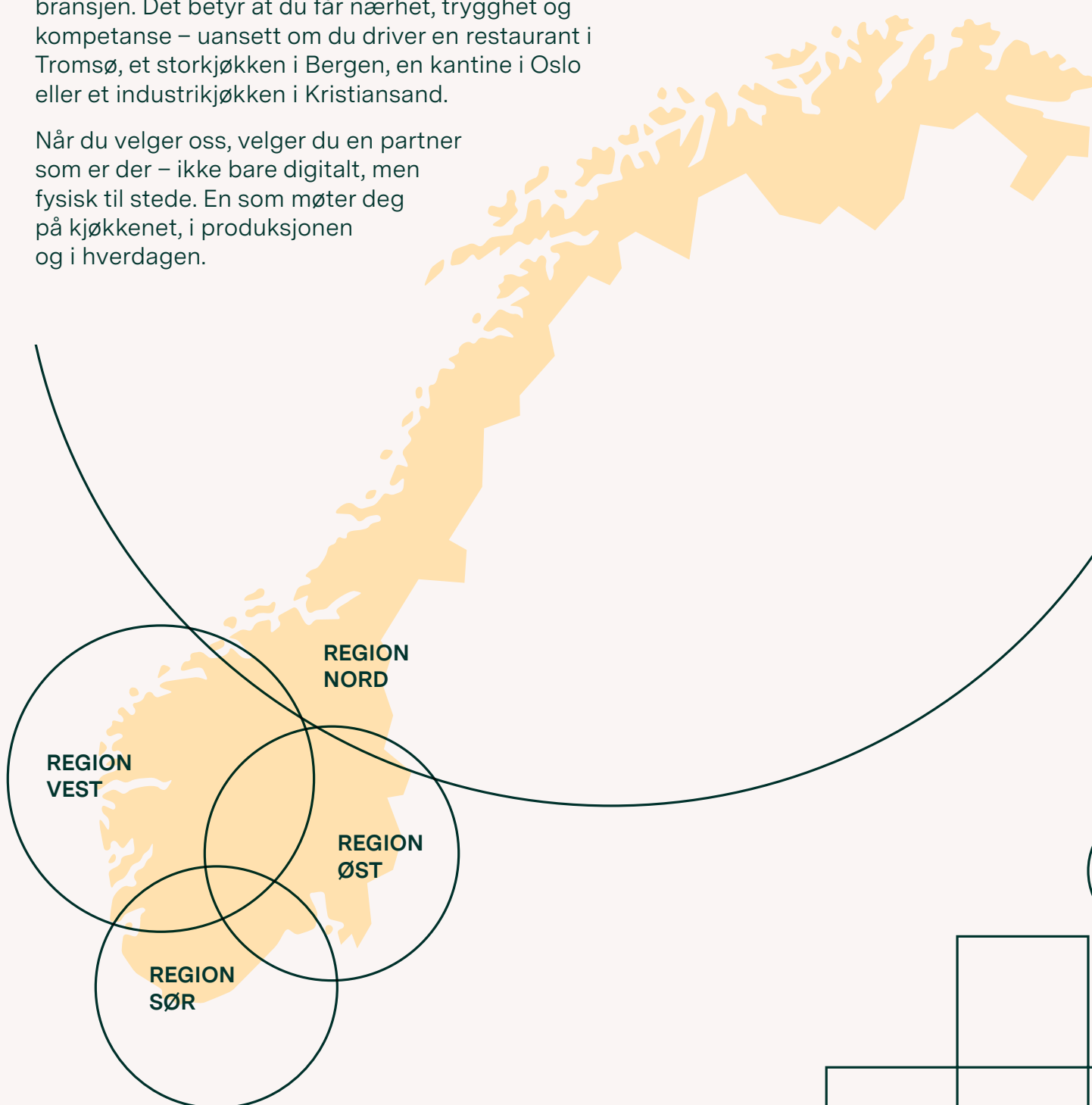
# FIRE REGIONER ETT MÅL

## – Din lønnsomme drift!

**Uansett hvor i landet du driver kjøkken, møter du oss – og samme høye standard.**

Vi er til stede i alle regioner fra sør til nord, med dedikerte fagfolk som kjenner både regionen og bransjen. Det betyr at du får nærhet, trygghet og kompetanse – uansett om du driver en restaurant i Tromsø, et storkjøkken i Bergen, en kantine i Oslo eller et industrikjøkken i Kristiansand.

Når du velger oss, velger du en partner som er der – ikke bare digitalt, men fysisk til stede. En som møter deg på kjøkkenet, i produksjonen og i hverdagen.





**Lasagne**



**Shepherd's Pie**



**Bakt Falafel  
med bønnepuré**



**Bakt Gulrot- &  
Sellerisuppe**

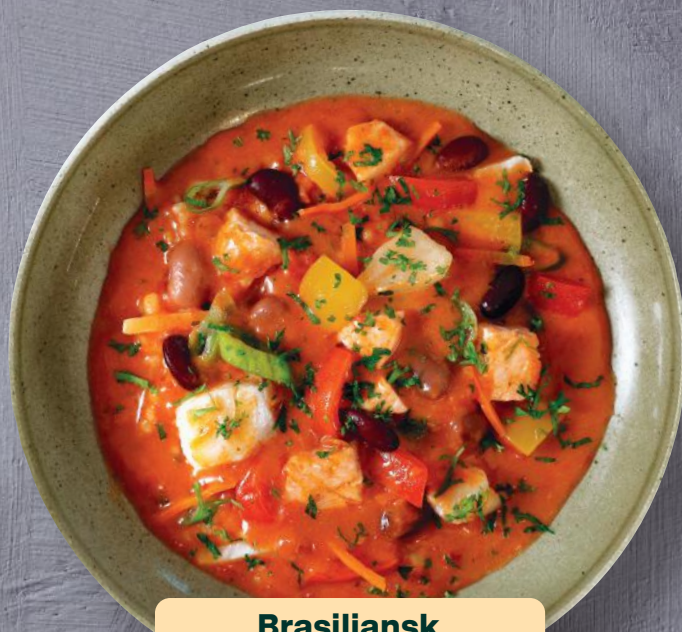




**Klassiske  
Kjøttkaker**



**Tikka Masala**



**Brasiliansk  
Fiskesuppe**



**Kjøttpudding  
med grønnsaker og brun saus**

# GJØR MAT TIL GOD BUTIKK

Med Orkla Foods Partner får du en samarbeidspartner som hjelper med god smak og forutsigbare kostnader. Våre løsninger gjør det enkelt å ta gode valg for både drift og gjester.



For inspirasjon og tips, besøk:

**<https://orklafoods.no/orkla-foods-partner/>**

Her finner du også vår produktkatalog med informasjon om ingredienser, næringsinnhold

