

Délift-Sortiment

Hot Sandwiches

- Täglich frisch aus hochwertigem Vollkornbrot in Ihrem Migros-Take Away zubereitet
- Sind eine Quelle von Nahrungsfasern
- Mit Gemüse und Sprossen
- Unter 500 kcal
- Werden auf Wunsch heiss gemacht
- Zu einem Sandwich empfehlen wir Ihnen eine Frucht und ein Mineralwasser



Délift-Salatsaucen

- 5 Salatsaucen mit Raps- oder Olivenöl zur Auswahl
- Enthalten maximal 15% Fett

Ihre Délift-Salatsaucenauswahl:

French, Italien, Balsamico, Honig-Senf und Caesar



- Getränke – reichlich über den Tag verteilt
- Gemüse und Früchte – 5 am Tag in verschiedenen Farben
- Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte, andere Getreideprodukte und Kartoffeln – zu jeder Hauptmahlzeit
- Milch, Milchprodukte, Fleisch, Fisch und Eier – täglich genügend
- Öle, Fette und Nüsse – täglich mit Mass
- Süssigkeiten, salzige Knabbereien und energiereiche Getränke – massvoll mit Genuss

Lebensmittelpyramide

Lebensmittel der unteren Pyramidenebenen sollen in grösseren, solche der oberen Ebenen hingegen in kleineren Mengen gegessen werden. **Délift** wählt die Lebensmittel möglichst abwechslungsreich und saisongerecht aus den einzelnen Pyramidenebenen aus. Sie werden schonend verarbeitet und zubereitet.

Unsere **Délift**-Produkte helfen bei einer genussvollen Ernährung, die abwechslungsreich und ausgewogen ist.

Wir zeichnen die Nährwerte der Produkte direkt am Verkaufspunkt aus. Damit bieten Ihnen die **Délift**-Produkte einen klaren Mehrwert für Ihre tägliche Ernährung.

Die feine, leichte Linie.

délift

En Guete mit Délift

- **Délift** ist die feine, leichte Linie für mehr Wohlbefinden.
- **Délift** heisst Genuss, Natürlichkeit, Leichtigkeit und Bekömmlichkeit.
- **Délift** entspricht dem Trend nach gesunder, bewusster Ernährung.
- **Délift** garantiert Frische und Saisonalität der Produkte.
- **Délift** heisst ein Minimum an Fett und Zucker.
- **Délift**-Menüs sind sättigend trotz maximal 600 Kalorien.
- **Délift**-Gerichte erkennen Sie am grünen **Délift**-Signet.

Weitere Informationen zu gesunder und ausgewogener Ernährung finden Sie im Internet:

www.delifit.ch
www.migros-aare.ch/delifit

Die feine, leichte Linie.

délift

GENUSS MIT DÉLIFIT

Eine ausgewogene Ernährung wird immer wichtiger – auch wenn man nur wenig Zeit hat. Ihr Wohlbefinden liegt uns am Herzen. Deshalb bietet Ihnen der Migros-Take Away **Délift** an: feine Sandwiches, Salate und Saucen, knackiges Gemüse und Milchreis mit Früchten.

Überzeugen Sie sich selbst und probieren Sie **Délift** in einem der Migros-Take Away.



www.delifit.ch

Dé lifit-Sortiment

Knuspermüesli mit Vanillequark oder saisonalem Joghurt

- Täglich frisch in Ihrem Migros-Take Away zubereitet
- Wird mit saisonalen Früchten hergestellt
- Quark und Joghurt werden in einer regionalen Molkerei hergestellt
- Enthält eine Portion Kalzium und mindestens eine halbe Portion frische Früchte nach SGE-Lebensmittelpyramide
- Das Knuspermüesli ist fettarm
- Knusprig dank Crisp Mix Viogerm®
- Je nach Sorte 250 – 350 kcal
- Die Knuspermüesli eignen sich als Pausenverpflegung oder als Dessert nach einer Salatschale

Ihre Dé lifit-Auswahl je nach Saison:
Saisonale Joghurt oder Vanillequark mit Feigen, Orangen, Ananas, Clementine usw.



Frisch geschnittene Früchte

- Täglich frisch in Ihrem Migros-Take Away zubereitet
- Wird mit saisonalen Früchten hergestellt
- Enthalten zwei Portionen frische Früchte gemäss SGE-Lebensmittelpyramide
- Die Fruchtportionen eignen sich als Dessert nach einem Sandwich oder als Pausenverpflegung

Dé lifit-Sortiment

Smoothies

- Täglich frisch in Ihrem Migros-Take Away zubereitet
- Saisonal wechselnd
- Enthalten zwei Portionen Früchte gemäss SGE-Lebensmittelpyramide (davon 1 x in Form von ungezuckertem Fruchtsaft)
- Ohne Zuckerzusatz; enthalten von Natur aus Zucker

Ihre Dé lifit-Auswahl je nach Saison:
Papaya-Ingwer-Orange, Apfel-Banane-Mandarine, Brombeer-Ananas-Orange, Mango-Orange usw.



Birchermüesli



- Unser beliebtes Birchermüesli mit Früchten ist neu auch Dé lifit
- Enthält eine Portion Früchte gemäss SGE-Lebensmittelpyramide
- Zu einem Birchermüesli empfehlen wir Ihnen ein Vollkornbrötchen oder einen Smoothie

Zusätzlich saisonal wechselndes Dé lifit-Saisonmüesli:
Birne, Zitrus, Marroni usw.

Dé lifit-Sortiment

Sandwiches

- Täglich frisch aus hochwertigem Vollkornbrot in Ihrem Migros-Take Away zubereitet
- Sind eine Quelle von Nahrungsfasern
- Mit Gemüse und Sprossen
- Unter 500 kcal
- Zu einem Sandwich empfehlen wir Ihnen eine Frucht und ein Mineralwasser

Ihre Dé lifit-Auswahl je nach Saison:
Thunfisch, Trockenfleisch, Pouletbrust usw.



Salatschalen



- Enthalten mindestens 150 g Gemüse
- Decken mindestens eine Portion Gemüse gemäss SGE-Lebensmittelpyramide ab
- Enthalten hochwertige Eiweisslieferanten
- Zu einem Salat kombinieren Sie am besten noch ein Vollkornbrötchen und ein Mineralwasser

Ihre Dé lifit-Auswahl je nach Saison:
Salat mit Krevetten, Salat mit Hüttenkäse, Salat mit Pouletbrust usw.

Dé lifit-Sortiment

Milchreis mit Früchten

- Täglich frisch in Ihrem Migros-Take Away zubereitet
- Wird mit saisonalen Früchten hergestellt
- Enthält eine Portion Früchte gemäss SGE-Lebensmittelpyramide
- Enthält eine halbe Portion Kalzium gemäss SGE-Lebensmittelpyramide
- Enthält maximal 300 kcal
- Eignet sich als Dessert oder Pausenverpflegung (nur in grösseren Take Aways erhältlich)



Gemüsestengeli mit Kräuterquark

- Täglich frisch in Ihrem Migros-Take Away zubereitet
- Wird mit knackigem Gemüse hergestellt
- Enthält mehr als eine Portion Gemüse gemäss SGE-Lebensmittelpyramide
- Enthält eine halbe Portion Kalzium gemäss SGE-Lebensmittelpyramide
- Der Kräuterquark wird in einer regionalen Molkerei hergestellt
- Eignet sich zu einem Sandwich oder Müesli (nur in grösseren Take Aways erhältlich)