FoodLife

FOR EXPORTIING AGRICULTURAL CROPS



ملوخية خضراء Molokhia



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 42 calories from fat			السعرات الحرارية 42 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value	نسبة الاحتياج اليومي	
total fat	0%	gm 0.02	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium		gm 45	الصوديوم
total carbohydrates	2.5%	gm 6.5	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber		gm 1.3	الألياف الغذائية
sugar		gm 0	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein	3.4%	gm 1.7	الروتين
Vitamin A (234%)	Vitamin C (9%)	فيتامين C(9%)	فيتامين A(234%)

تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6'C -٦م	(**) -12'C -١٢م	(***) -18'C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

الملوخية هي واحدة من أشهر منتجاتنا
يتم جمع الأوراق الطازجة وتقطيعها بواسطة أحدث التقنيات . تشتهر ملوخية فود لايف بلونها الأخضر النابض بالحياة وتركيزها العالى وطعمها اللذيذ.

Molokhia is one of the most of our famous product.
The fresh leaves are pulled and cut by the most updated technolog ies and techniques.
Food life Molokhia is known for its lively green color and tasty flavor high concentration.

بامية

Okra



يتم اختيار أفضل أنواع البامية وتصنيعها في بداية الموسم لضمان جودتها .
مقسمة إلى درجات حسب الحجم .

The best quality of okra is selected and manufactured
at the beginning of the season to insure the quality .



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 30 calories from fat		السعرات الحرارية 30 السعرات الحرارية من الدهون	
	% Daily Value	نسبة الاحتياج اليومي	
total fat	0.4%	gm 0.25	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0.065	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	0.1%	gm 3	الصوديوم
total carbohydrates	2.6%	gm 6.63	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	7.9%	gm 2.2	الألياف الغذائية
sugar		gm 2.97	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein		gm 1.69	الروتين
Vitamin A (7%)	Vitamin C (21%)	فيتامين C(21%)	فيتامين A(234%)

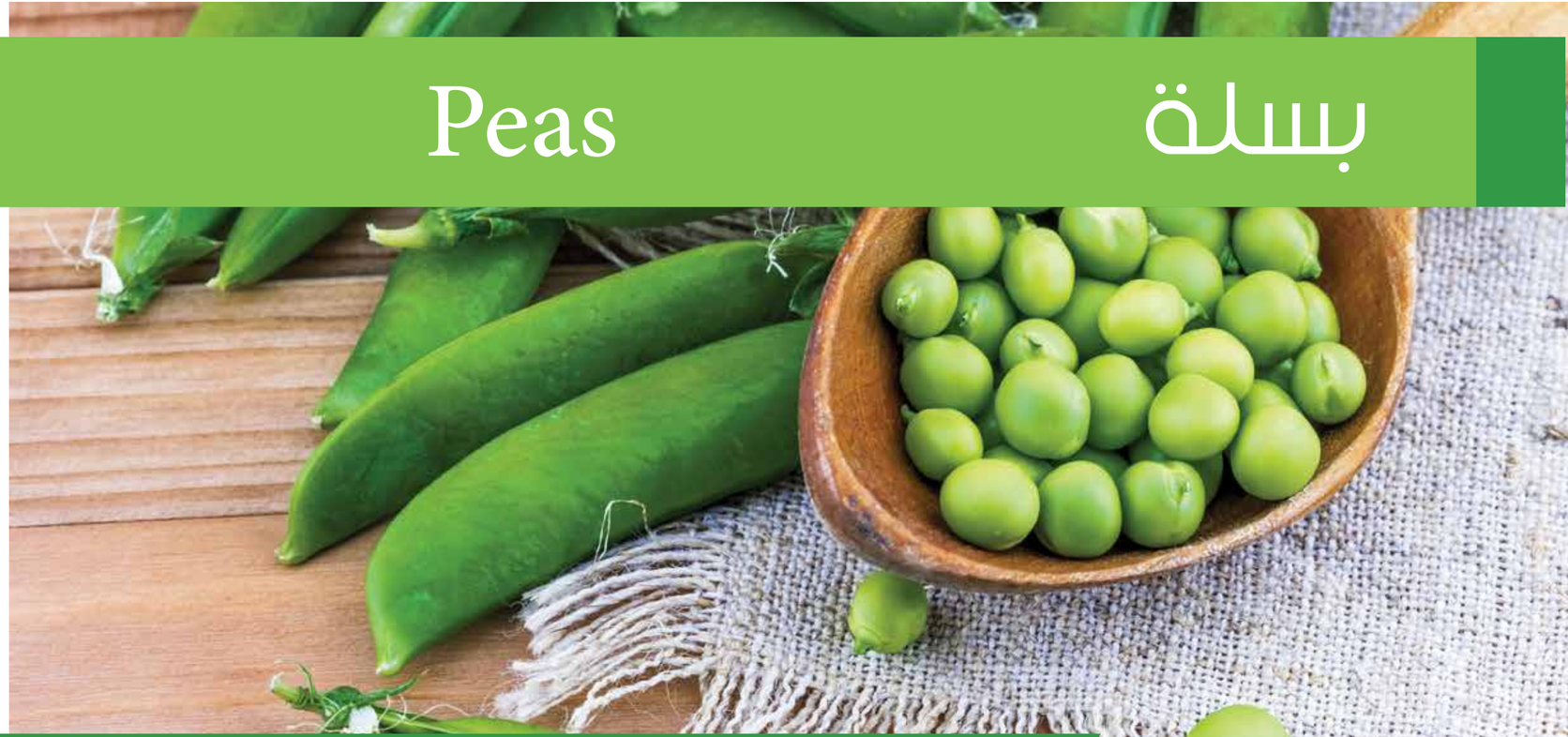
تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6°C -٦م	(**) -12°C -١٢م	(***) -18°C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

Peas

بسلة



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 30 calories from fat			السعرات الحرارية 30 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value	نسبة الاحتياج اليومي	
total fat	0.4%	gm 0.25	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0.065	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	0.1%	gm 3	الصوديوم
total carbohydrates	2.6%	gm 6.63	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	7.9%	gm 2.2	الألياف الغذائية
sugar		gm 2.97	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein		gm 1.39	الروتين
Vitamin A (7%)	Vitamin C (21%)	فيتامين C(21%)	فيتامين A(234%)

تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6'C -٦م	(**) -12'C -١٢م	(***) -18'C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

يتم اختيار أفضل أنواع البازلاء الخضراء وتصنيعها في بداية الموسم عندما تكون طازجة وتمتاز البازلاء المصرية بلونها الأخضر الزاهى وطعمها الجميل .

The best varieties of Green peas are selected and processed at the beginning of the season when they are fresh Egyption peas is well know for its lively green color &high concentration .

Beans

فاصوليا



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 30 calories from fat			السعرات الحرارية 30 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value		نسبة الاحتياج اليومي
total fat	1%	gm 0.09	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	5%	gm 50	الصوديوم
total carbohydrates	5%	gm 6.90	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	17%	gm 4	الألياف الغذائية
sugar		gm 6	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein		gm 3	الروتين
Vitamin A (102%)	Vitamin C (17%)	فيتامين C(17%)	فيتامين A(234%)

تدل نسبة الاحتياج اليومي على المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي على 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

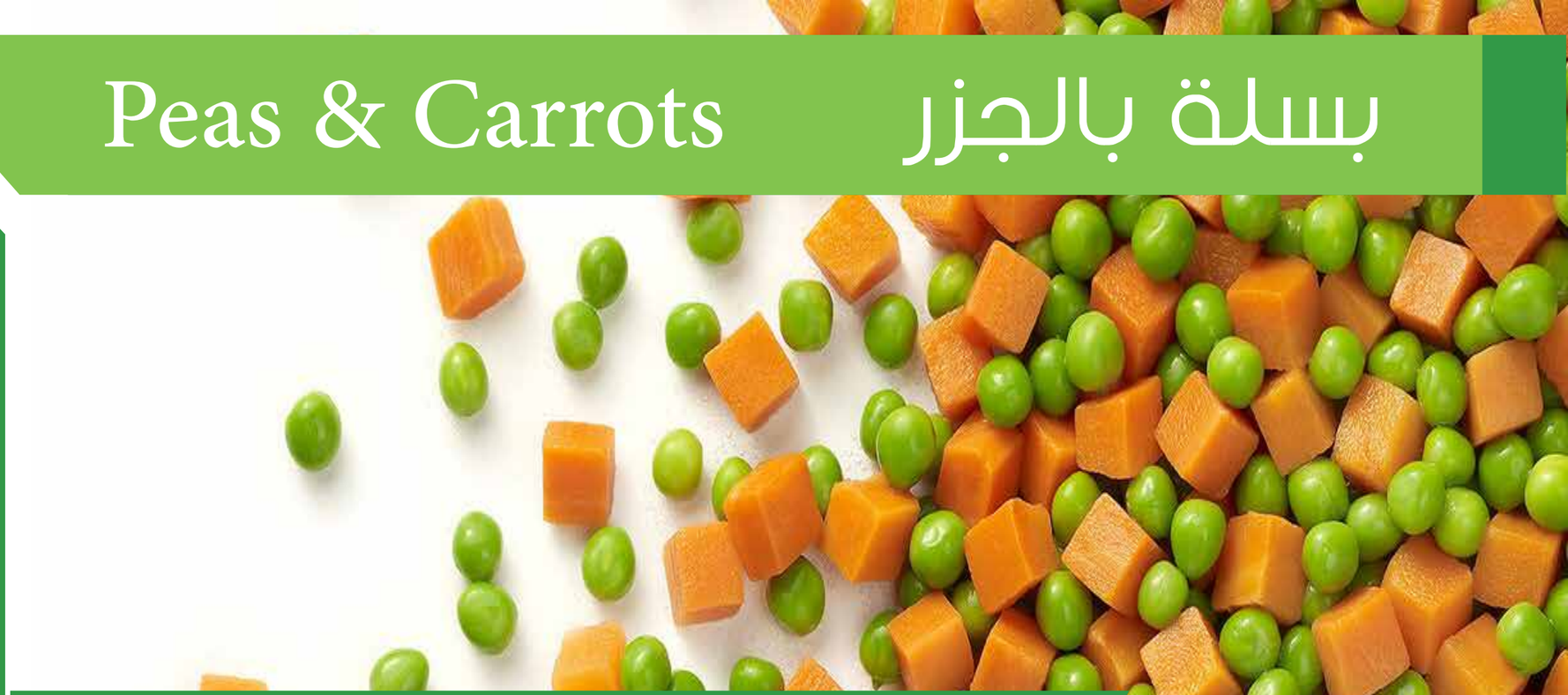
Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*)	(**)	(***)
		-6°C -٦م	-12°C -١٢م	-18°C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

تتم عمليات تصنيع الفاصوليا فى بداية الموسم عندما تكون طازجة وطرية .

Foodico implements the cut Green Beans are process at the beginning of the season when they are fresh and

Peas & Carrots

بسلة بالجزر



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 45 calories from fat			السعرات الحرارية 45 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value	نسبة الاحتياج اليومي	
total fat	0.10%	gm 0.09	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	2%	gm 50	الصوديوم
total carbohydrates	2.7%	gm 6.90	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	14%	gm 4	الألياف الغذائية
sugar	12%	gm 6	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein	6%	gm 3	الروتين
Vitamin A (102%)	Vitamin C (17%)	فيتامين C(17%)	فيتامين A(234%)

تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

(***)	(**)	(*)	Freezer في الفريزر	Refrigerator في الثلاجة
-18'C م١٨-	-12'C م١٢-	-6'C م٦-		
18 months ١٨ شهر	1 months شهر	1 week أسبوع	3days ٣ أيام	1days ١ أيام

نقوم بإختيار أفضل أنواع البازلاء والجزر فى بداية الموسم وتصنيعها بأفضل طرق التصنيع المتعارف عليها

Foodico selects the best quality fresh peas and Carrots at the first of season and processed by the most updated technologies and the techniques.

Mixed vegetables خضار مشكل



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 45 calories from fat			السعرات الحرارية 45 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value		نسبة الاحتياج اليومي
total fat	0.10%	gm 0.09	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	2%	gm 50	الصوديوم
total carbohydrates	2.7%	gm 6.90	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	14%	gm 4	الألياف الغذائية
sugar	12%	gm 6	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein	6%	gm 3	الروتين
Vitamin A (102%)	Vitamin C (17%)	فيتامين C(17%)	فيتامين A(234%)

تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6°C -٦م	(**) -12°C -١٢م	(***) -18°C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

نقوم باختيار مجموعة من أجود الخضر الطازجة ودمجها مع بعضها البعض لتعطى وجبة ذات قيمة غذائية عالية تناسب كل مستهلك

We selected the best mixing of fresh ,good Quality of vegetables that when mixed with each other to give the products high nutritional value and become palatable for every consumer.

سبانخ خضراء

Spinach



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 45 calories from fat			السعرات الحرارية 45 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value		نسبة الاحتياج اليومي
total fat	0.10%	gm 0.09	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	2%	gm 50	الصوديوم
total carbohydrates	2.7%	gm 6.90	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	14%	gm 4	الألياف الغذائية
sugar	12%	gm 6	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein	6%	gm 3	الروتين
Vitamin A (102%)	Vitamin C (17%)	فيتامين C(17%)	فيتامين A(234%)

تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6°C -٦م	(**) -12°C -١٢م	(***) -18°C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

السبانخ من أشهر منتجات فود لايف

تستخدم الأوراق فقط في السبانخ وذلك يضمن الطعم الجميل والرائحة الذكية وكذلك معدل التركيز ويتم قطف وتقطيع الأوراق بأحدث مناهج التصنيع.

Spinach is one of the most famous products of Food life
Only leaves are used in high quality Spinach. this insures the beatiful taste and smart aroma as well as the rate of concentration and picked an signed. the paper are made using the latest method and equipment and manufacturing with the lasted manufacturing method .

Cauliflower

قرنبيط



بروكلي			
caleries	37 kcal	kcal ٣٧	السعرات الحراريه
fat	0.5 mg	٠,٥ جم	الدهون
total carbohydrates	8.3 mg	٨,٣ ملل جم	الكربوهيدرات الكليه
dietary fiber	0.3 mg	٠,٣ جم	الالياف الغذائيه
protien	0.8 g	٠,٨ جم	البروتين
sodium	0.2 mg	٠,٢ ملل جم	الصوديوم
vitamin C	0.6 mg	٠,٦ ملل جم	فيتامين C
suger	4.5 mg	٤,٥ جم	السكريت الكليه
calciom	28 mg	٢٨ ملل جم	كالسيوم
iron	0.8 mg	٠,٨ ملل جم	حديد

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6°C -٦م	(**) -12°C -١٢م	(***) -18°C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

ثبت أن القرنبيط مطلوب بشدة بسبب قيمتها الغذائية.
يتم تنفيذ التصنيع من قبل الأحدث تقنيات للحفاظ على الشكل والطعم الجيد. بل أكثر من ذلك القرنبيط المصرى مشهور بلونة الأبيض الزاهى وطعمها الجميل .

It is proved that cauliflower is in great demand due to its nutritional value.
Manufacturing is carried out by the latest technologies to maintain their shape and good taste. Even more,Egyption cauliflower . is well know for its lively white color,high concntration .

Broccoli

بروكلي



يتم تحضير البروكلى من السيقان والبراعم الطازجة التى يتم فرزها وتغسل وتسلق بشكل كاف لضمان الإستقرار الكافى للون والنكهة أثناء دورات الإنتاج .

Broccoli is prepared from fresh clean sprouts which have been sorted, washed and sufficiently blanched to ensure adequate stability of color and flavour during processing cycles .

بروكلي			
caleries	37 kcal	kcal ٣٧	السعرات الحراريه
fat	0.5 mg	٠,٥ جم	الدهون
total carbohydrates	8.3 mg	٨,٣ ملل جم	الكربوهيدرات الكليه
dietary fiber	0.3 mg	٠,٣ جم	الالياف الغذائيه
protien	0.8 g	٠,٨ جم	البروتين
sodium	0.2 mg	٠,٢ ملل جم	الصوديوم
vitamin C	0.6 mg	٠,٦ ملل جم	فيتامين C
suger	4.5 mg	٤,٥ جم	السكريت الكليه
calciom	28 mg	٢٨ ملل جم	كالسيوم
iron	0.8 mg	٠,٨ ملل جم	حديد

Free from any preservatives or chemical substances

(***)	(**)	(*)	Freezer في الفريزر	Refrigerator في الثلاجة
-18°C -١٨م	-12°C -١٢م	-6°C -٦م		
18 months ١٨ شهر	1 months شهر	1 week أسبوع	3days ٣ أيام	1days ١ أيام

Strawberry

فراولة



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 30 calories from fat			السعرات الحرارية 30 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value	نسبة الاحتياج اليومي	
total fat	0.4%	gm 0.25	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0.065	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	0.1%	gm 3	الصوديوم
total carbohydrates	2.6%	gm 6.63	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	7.9%	gm 2.2	الألياف الغذائية
sugar		gm 2.97	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein		gm 1.39	الروتين
Vitamin A (7%)	Vitamin C (21%)	فيتامين C(21%)	فيتامين A(234%)

تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6°C -٦م	(**) -12°C -١٢م	(***) -18°C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر

تشتهر الفراولة المصرية بطعمها الرائع.
تتم تصنيع فراولة فود لايف بتقنية حديثة للحفاظ على مذاقها وشكلها الجيد

Egyptian strawberries are famous for their great taste.
strawberries are manufactured with modern technology to maintain their taste and good shape .

Mango slices

مانجو



Nutrition Facts			الحقائق التغذوية
Number of serving 4			عدد الحصص 4
Serving per 100g			الحصة لكل 100 جرام
Value per serving			القيمة لكل حصة
Calories 77 calories from fat			السعرات الحرارية 77 السعرات الحرارية من الدهون
	% Daily Value		نسبة الاحتياج اليومي
total fat	0.4%	gm 0.37	الدهون الكلية
saturated fat	0%	gm 0.066	الدهون المشبعة
trans fat	0%	gm 0	الدهون المتحولة
cholesterol	0%	gm 0	الكوليسترول
sodium	0.1%	gm 112	الصوديوم
total carbohydrates	2.6%	gm 13.71	الكربوهيدرات الكلية
Dietary fiber	7.9%	gm 4.2	الألياف الغذائية
sugar		gm 5.38	سكريات كلية
includes added sugar	0%	gm 0	متضمنة سكر مضاف
protein		gm 5.21	الروتين
Vitamin A (7%)	Vitamin C (22%)	(22%)C فيتامين	(234%)A فيتامين

تدل نسبة الاحتياج اليومي علي المغذيات في الحصة الواحدة مبنية علي نظام غذائي محتوي علي 2000 سعرة حرارية احتياجاتك اليومية قد تزداد او تقل تبعا لاحتياجاتك من السعرات

تشتهر المانجو المصرية بمزاقها المميز .
تتم تصنيع المانجو بأحدث نظم التصنيع للحفاظ على مذاقها وشكلها الجيد .

Egyption mango is known for its remarkable and good taste
Mango processing in modern technique to preserve its with a good taste and shape .

Free from any preservatives or chemical substances

Refrigerator في الثلاجة	Freezer في الفريزر	(*) -6°C -٦م	(**) -12°C -١٢م	(***) -18°C -١٨م
1days ١ أيام	3days ٣ أيام	1 week أسبوع	1 months شهر	18 months ١٨ شهر



Contact US:

Entrance to Kilo 26, Cairo-Alexandria Desert Road, Abu Rawash

+20 109 111 2005 - +20 1060 129 185 - +20 106 323 7772 - +20 1550 88888 1

www.foodlife-eg.com

info@foodlife-eg.com