

Cookin' Greens™ MC

We have freezers in our fields.



Pre-Chopped • Pre-Washed
Quick-Frozen
Dark-Leafy Greens

Innovation!

- ✓ The first **national brand** to launch a **full range** of quick-frozen, ready-to-cook, dark-leafy greens.
- ✓ **Multi-generation** consumer appeal
- ✓ Unique and convenient format means **incremental sales** for the frozen vegetable category
- ✓ **Fresh cut & 100% natural**
- ✓ Fresh greens will be green with envy!



Marketing support:

- ✓ Instore demos
- ✓ Lots of recipes and application suggestions
- ✓ Support of: registered dietitian, corporate chef & recipe developers
- ✓ Coupons
- ✓ Robust website



Cookin' Greens™ theToby brand™

From freezer to skillet to table in less than 12 minutes
Du congélateur à la poêle à la table en moins de 12 minutes

100% Natural

Designer's Mix
Mélange du designer

A blend of chopped. Un mélange de légumes hachés

- spinach épinards
- collards chou vert
- rapini rapini
- yellow beans haricots jaunes
- onion oignon

From farm to freezer in 6 hours or less! / Des champs au congélateur en 6 heures ou moins!

500 g GRADE A-CATÉGORIE A
Special mixed vegetables / Mélange spécial de légumes

Cookin' Greens™

Designer's Mix
Mélange du designer

Spinach, Collards, Rapini, Yellow beans & Onion
Épinards, chou vert, rapini, haricots jaunes et oignon

KEEP FROZEN GARDER CONGELÉ

Nutrition Facts
Valeur nutritive

Per 1 cup (100 g) / pour 1 tasse (100 g)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 30	
Fat / Lipides 0 g	0 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 40 mg	2 %
Carbohydrate / Glucides 5 g	2 %
Fibre / Fibres 3 g	12 %
Sugars / Sucres 2 g	
Protein / Protéines 3 g	
Vitamin A / Vitamine A	60 %
Vitamin C / Vitamine C	30 %
Calcium / Calcium	10 %
Iron / Fer	10 %

Cookin' Greens™ theToby brand™

From freezer to skillet to table in less than 12 minutes
Du congélateur à la poêle à la table en moins de 12 minutes

100% Natural

Chopped Kale
Chou frisé haché

From farm to freezer in 6 hours or less! / Des champs au congélateur en 6 heures ou moins!

500 g
KEEP FROZEN GARDER CONGELÉ

Nutrition Facts
Valeur nutritive

Per 1 cup (100 g) / pour 1 tasse (100 g)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 30	
Fat / Lipides 0 g	0 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 15 mg	1 %
Carbohydrate / Glucides 5 g	2 %
Fibre / Fibres 2 g	8 %
Sugars / Sucres 1 g	
Protein / Protéines 3 g	
Vitamin A / Vitamine A	60 %
Vitamin C / Vitamine C	70 %
Calcium / Calcium	10 %
Iron / Fer	6 %

Spinach, Collards, Rapini, Yellow beans & Onions

Chopped Kale

Cookin' Greens™ theToby brand™

From freezer to skillet to table in less than 12 minutes
Du congélateur à la poêle à la table en moins de 12 minutes

100% Natural

Athlete's Mix
Mélange de l'athlète

A blend of chopped. Un mélange de légumes hachés

- collards chou vert
- spinach épinards
- kale chou frisé
- sweet red pepper poivron rouge
- white beans haricots blancs

From farm to freezer in 6 hours or less! / Des champs au congélateur en 6 heures ou moins!

500 g GRADE A-CATÉGORIE A
Special mixed vegetables / Mélange spécial de légumes

Cookin' Greens™

Athlete's Mix
mélange de l'athlète

Collards, Spinach, Kale, Sweet red pepper & Great northern beans
Chou vert, épinards, chou frisé, poivron rouge et haricots Great Northern

KEEP FROZEN GARDER CONGELÉ

Nutrition Facts
Valeur nutritive

Per 1 cup (100 g) / pour 1 tasse (100 g)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 40	
Fat / Lipides 0 g	0 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 40 mg	2 %
Carbohydrate / Glucides 7 g	2 %
Fibre / Fibres 3 g	12 %
Sugars / Sucres 1 g	
Protein / Protéines 3 g	
Vitamin A / Vitamine A	80 %
Vitamin C / Vitamine C	50 %
Calcium / Calcium	15 %
Iron / Fer	10 %

Cookin' Greens™ theToby brand™

From freezer to skillet to table in less than 12 minutes
Du congélateur à la poêle à la table en moins de 12 minutes

100% Natural

Chopped Rapini
Rapini haché

From farm to freezer in 6 hours or less! / Des champs au congélateur en 6 heures ou moins!

500 g
KEEP FROZEN GARDER CONGELÉ

Nutrition Facts
Valeur nutritive

Per 1 cup (100 g) / pour 1 tasse (100 g)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 20	
Fat / Lipides 0 g	0 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 35 mg	1 %
Carbohydrate / Glucides 3 g	1 %
Fibre / Fibres 3 g	12 %
Sugars / Sucres 0 g	
Protein / Protéines 3 g	
Vitamin A / Vitamine A	25 %
Vitamin C / Vitamine C	35 %
Calcium / Calcium	10 %
Iron / Fer	15 %

Collards, Spinach, Kale, Sweet red pepper & White beans

Chopped Rapini

Coming Soon

Cookin' Greens™ theToby brand™

From freezer to skillet to table in less than 12 minutes
Du congélateur à la poêle à la table en moins de 12 minutes

100% Natural

Artist's Mix
Mélange de l'artiste

A blend of chopped. Un mélange de légumes hachés

- spinach épinards
- kale chou frisé
- mustard greens feuilles de moutarde
- yellow squash courge jaune
- onion oignon

From farm to freezer in 6 hours or less! / Des champs au congélateur en 6 heures ou moins!

500 g GRADE A-CATÉGORIE A
Special mixed vegetables / Mélange spécial de légumes

Cookin' Greens™

Artist's Mix
Mélange de l'artiste

Spinach, Kale, Mustard greens, Yellow squash & Onion
Épinards, Chou frisé, Feuilles de moutarde, Courge jaune et Oignon

KEEP FROZEN GARDER CONGELÉ

Nutrition Facts
Valeur nutritive

Per 1 cup (100 g) / pour 1 tasse (100 g)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 25	
Fat / Lipides 0 g	0 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 35 mg	1 %
Carbohydrate / Glucides 5 g	2 %
Fibre / Fibres 2 g	8 %
Sugars / Sucres 1 g	
Protein / Protéines 2 g	
Vitamin A / Vitamine A	60 %
Vitamin C / Vitamine C	25 %
Calcium / Calcium	8 %
Iron / Fer	8 %

Cookin' Greens™ theToby brand™

From freezer to skillet to table in less than 12 minutes
Du congélateur à la poêle à la table en moins de 12 minutes

100% Natural

Chopped Spinach
Épinards hachés

From farm to freezer in 6 hours or less! / Des champs au congélateur en 6 heures ou moins!

500 g
KEEP FROZEN GARDER CONGELÉ

Nutrition Facts
Valeur nutritive

Per 1 cup (100 g) / pour 1 tasse (100 g)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 30	
Fat / Lipides 0 g	0 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium / Sodium 75 mg	3 %
Carbohydrate / Glucides 4 g	1 %
Fibre / Fibres 3 g	12 %
Sugars / Sucres 1 g	
Protein / Protéines 4 g	
Vitamin A / Vitamine A	120 %
Vitamin C / Vitamine C	10 %
Calcium / Calcium	10 %
Iron / Fer	15 %

Spinach, Kale, Mustard Greens, Yellow Squash & Onions

Chopped Spinach

Item Code	Item Name	Pk/Size	UPC	SCC	Item (L x W x H)	Case (L x W x H)	Case Wt. Net & Gross	CuFt	Tie/High
-----------	-----------	---------	-----	-----	------------------	------------------	----------------------	------	----------

Currently Available

TTB-504	IQF Chopped Kale	12/500 g	8-11138-00002-8	1-08-11138-00002-5	26 x 16.51 x 4 cm 10.5 x 6.5 x 1.57"	45.72 x 30.16 x 17.78 cm 18 x 11.875 x 7"	5.99 K 13.2 lb 6.58 Kg 14.5 lb	0.87	8 x 10 = 80 cases per pallet
TTB-505	IQF Chopped Rapini	12/500 g	8-11138-00003-5	1-08-11138-00003-2	26 x 16.51 x 4 cm 10.5 x 6.5 x 1.57"	40 x 24.45 x 17.15 cm 15.75 x 9.625 x 6.75"	5.99 K 13.2 lb 6.58 Kg 14.5 lb	0.59	8 x 10 = 80 cases per pallet
TTB-506	IQF Chopped Spinach	12/500 g	8-11138-00005-9	1-08-11138-00005-6	26 x 16.51 x 4 cm 10.5 x 6.5 x 1.57"	45.57 x 30 x 15.24 cm 17.94 x 11.813 x 6"	5.99 K 13.2 lb 6.58 Kg 14.5 lb	0.88	8 x 10 = 80 cases per pallet
TTB-502	IQF Chopped Designers Mix	12/500 g	8-11138-00020-2	1-08-11138-00020-9	26 x 16.51 x 4 cm 10.5 x 6.5 x 1.57"	45.72 x 30.16 x 17.78 cm 18 x 11.875 x 7"	5.99 K 13.2 lb 6.58 Kg 14.5 lb	0.87	8 x 10 = 80 cases per pallet
TTB-501	IQF Chopped Athletes Mix	12/500 g	8-11138-00023-3	1-08-11138-00023-0	26 x 16.51 x 4 cm 10.5 x 6.5 x 1.57"	45.72 x 30.16 x 17.78 cm 18 x 11.875 x 7"	5.99 K 13.2 lb 6.58 Kg 14.5 lb	0.87	8 x 10 = 80 cases per pallet

Coming Soon

TTB-500	IQF Chopped Artists Mix	12/500 g	8-11138-00022-6	1-08-11138-00022-3	26 x 16.51 x 4 cm 10.5 x 6.5 x 1.57"	45.72 x 30.16 x 17.78 cm 18 x 11.875 x 7"	5.99 K 13.2 lb 6.58 Kg 14.5 lb	0.87	8 x 10 = 80 cases per pallet
---------	-------------------------	----------	-----------------	--------------------	---	--	-----------------------------------	------	------------------------------

Contact Us



Food Division

Phone: (416) 399-4329 Fax: (416) 352-6062
sales@cookingreens.com www.cookingreens.com

