

Sortimentsliste Smile Menüs

Nährwertliste

Stand: Jänner 2018

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
115 020	Alaska-Seelachs gebacken	1530 g	9	18	18	829 kJ	197 kcal	5,2 g	0,7 g	16,2 g	0,3 g	20,7 g	2,1 g	1,3 BE
215 020	Alaska-Seelachs gebacken	340 g	2	4	4	829 kJ	197 kcal	5,2 g	0,7 g	16,2 g	0,3 g	20,7 g	2,1 g	1,3 BE
116 590	Alaska-Seelachs gebacken in Vollkornpanade	1530 g	9	18	18	898 kJ	213 kcal	6,1 g	1,0 g	16,7 g	0,6 g	21,6 g	2,1 g	1,4 BE
216 590	Alaska-Seelachs gebacken in Vollkornpanade	340 g	2	4	4	898 kJ	213 kcal	6,1 g	1,0 g	16,7 g	0,6 g	21,6 g	2,1 g	1,4 BE
92003	Ananaskompott	850 g	10	10	11	332 kJ	78 kcal	0,5 g	0,1 g	17,0 g	16,0 g	0,5 g	0,0 g	1,4 BE
92085	Apfel 6 Stk in Pkg, BIO	960 g	6	6	12	271 kJ	64 kcal	0,0 g	0,2 g	14,4 g	10,3 g	0,3 g	0,0 g	1,2 BE
92091	Apfel p. Stk, BIO	160 g	1	1	2	271 kJ	64 kcal	0,0 g	0,2 g	14,4 g	10,3 g	0,3 g	0,0 g	1,2 BE
93349	Apfel, BIO	160 g	1	1	2	271 kJ	64 kcal	0,0 g	0,2 g	14,4 g	10,3 g	0,3 g	0,0 g	1,2 BE
110 000	Apfelkompott	1900 g	13	16	20	226 kJ	53 kcal	0,2 g	0,0 g	12,3 g	10,0 g	0,1 g	0,0 g	1,0 BE
210 000	Apfelkompott	500 g	3	4	5	226 kJ	53 kcal	0,2 g	0,1 g	12,1 g	9,1 g	0,2 g	0,0 g	1,0 BE
110 120	Apfelmus, BIO	2000 g	14	17	21	209 kJ	49 kcal	0,1 g	0,0 g	11,0 g	10,1 g	0,3 g	0,0 g	0,9 BE
210 120	Apfelmus, BIO	500 g	3	4	5	209 kJ	49 kcal	0,1 g	0,0 g	11,0 g	10,1 g	0,3 g	0,0 g	0,9 BE
92415	Apfelsaft "Wilder Apfel", BIO	1000 g	2	2	3	199 kJ	47 kcal	0,1 g	0,1 g	11,0 g	10,5 g	0,1 g	0,0 g	0,9 BE
921 0076	Apfel-Streuselkuchen, 1200g	1200 g	15	20	20	1.587 kJ	380 kcal	20,9 g	3,8 g	42,4 g	22,9 g	4,8 g	0,5 g	3,5 BE
911 0076	Apfel-Streuselkuchen, 2350g	2350 g	30	40	40	1.550 kJ	371 kcal	20,3 g	3,8 g	41,7 g	22,5 g	4,7 g	0,5 g	3,5 BE
114 960	Apfelstrudel HS, BIO	1200 g	8	8	12	738 kJ	175 kcal	4,4 g	0,5 g	30,0 g	12,0 g	2,4 g	0,3 g	2,5 BE
116 311	Augsburger	1000 g	10	20	20	1.235 kJ	299 kcal	27,3 g	10,6 g	1,1 g	1,1 g	12,1 g	1,5 g	0,1 BE
216 311	Augsburger	200 g	2	4	4	1.235 kJ	299 kcal	27,3 g	10,6 g	1,1 g	1,1 g	12,1 g	1,5 g	0,1 BE
110 065	Augsburger Rind	1000 g	10	20	20	1.415 kJ	342 kcal	30,6 g	12,1 g	4,4 g	4,0 g	12,1 g	1,5 g	0,4 BE
210 065	Augsburger Rind	200 g	2	4	4	1.415 kJ	342 kcal	30,6 g	12,1 g	4,4 g	4,0 g	12,1 g	1,5 g	0,4 BE
92203	Backerbsen 1 kg	1000 g	50	50	60	2.158 kJ	517 kcal	30,0 g	15,9 g	51,0 g	4,0 g	8,7 g	3,3 g	4,3 BE
92005	Backerbsen 200g	200 g	13	13	17	2.158 kJ	517 kcal	30,0 g	15,9 g	51,0 g	4,0 g	8,7 g	3,3 g	4,3 BE
110 090	Bärlauchcremesuppe	1900 g	13	15	-	171 kJ	41 kcal	3,0 g	1,8 g	2,8 g	0,4 g	0,6 g	1,2 g	0,2 BE
115 040	Basilikumsauce	2000 g	15	19	22	466 kJ	113 kcal	9,6 g	5,7 g	4,8 g	1,5 g	1,6 g	0,8 g	0,4 BE
215 040	Basilikumsauce	450 g	3	4	5	471 kJ	114 kcal	9,7 g	5,8 g	4,9 g	1,5 g	1,6 g	0,8 g	0,4 BE
110 130	Bechamelerdäpfel KR	1000 g	-	-	8	344 kJ	82 kcal	3,2 g	2,0 g	10,2 g	2,1 g	2,3 g	0,9 g	0,9 BE
116 200	Beerenauflauf	2000 g	8	12	15	594 kJ	141 kcal	4,6 g	2,1 g	16,8 g	11,0 g	7,4 g	0,3 g	1,3 BE
111 940	Beerenröster	2000 g	14	17	20	308 kJ	73 kcal	0,3 g	0,0 g	15,4 g	13,4 g	0,6 g	0,0 g	1,3 BE
211 940	Beerenröster	500 g	3	4	5	306 kJ	72 kcal	0,3 g	0,0 g	15,2 g	13,3 g	0,6 g	0,0 g	1,3 BE
92008	Bergsteiger Wurst	80 g	3	3	-	1.530 kJ	369 kcal	31,0 g	13,0 g	0,5 g	0,5 g	22,0 g	3,2 g	0,0 BE
114 540	Berner Würstel	1280 g	8	16	-	1.240 kJ	299 kcal	26,1 g	9,1 g	0,9 g	0,3 g	15,1 g	3,4 g	0,1 BE
214 540	Berner Würstel	640 g	4	8	-	1.240 kJ	299 kcal	26,1 g	9,1 g	0,9 g	0,3 g	15,1 g	3,4 g	0,1 BE
116 230	Birnen-Apfelmus	2000 g	14	17	21	331 kJ	78 kcal	0,1 g	0,0 g	18,5 g	13,1 g	0,3 g	0,0 g	1,5 BE
216 230	Birnen-Apfelmus	500 g	3	4	5	331 kJ	78 kcal	0,1 g	0,0 g	18,5 g	13,1 g	0,3 g	0,0 g	1,5 BE
92009	Birnenkompott	825 g	10	10	11	286 kJ	68 kcal	0,5 g	0,1 g	14,0 g	13,3 g	0,5 g	0,0 g	1,2 BE
911 0042	Birnen-Schokokuchen	1900 g	30	40	40	1.606 kJ	385 kcal	23,5 g	2,9 g	36,9 g	20,6 g	4,9 g	0,7 g	3,1 BE
921 0042	Birnen-Schokokuchen	950 g	15	20	20	1.606 kJ	385 kcal	23,5 g	2,9 g	36,9 g	20,6 g	4,9 g	0,7 g	3,1 BE
92490	Bohnensalat	670 g	21	19	-	480 kJ	114 kcal	0,8 g	0,3 g	12,9 g	2,8 g	8,4 g	1,2 g	1,1 BE
116 620	Bratpfelmus	2000 g	14	17	21	333 kJ	79 kcal	0,5 g	0,5 g	17,1 g	15,1 g	0,5 g	0,0 g	1,4 BE
216 620	Bratpfelmus	500 g	3	4	5	333 kJ	79 kcal	0,5 g	0,5 g	17,1 g	15,1 g	0,5 g	0,0 g	1,4 BE
110 200	Bratwürstel	1150 g	10	20	-	1.450 kJ	351 kcal	34,4 g	13,7 g	1,5 g	1,2 g	8,9 g	1,6 g	0,1 BE
210 200	Bratwürstel	250 g	2	4	-	1.340 kJ	325 kcal	31,7 g	12,6 g	1,5 g	1,1 g	8,2 g	1,5 g	0,1 BE
110 230	Broccolicremesuppe KR	1900 g	13	15	16	157 kJ	38 kcal	1,7 g	0,9 g	3,4 g	1,0 g	1,6 g	1,0 g	0,2 BE
214 460	Brösel geröstet	150 g	6	8	12	2.053 kJ	490 kcal	20,7 g	2,3 g	65,0 g	16,8 g	9,4 g	1,1 g	5,4 BE
210 250	Buchstaben, BIO	500 g	15	17	18	662 kJ	157 kcal	3,9 g	0,5 g	25,3 g	0,2 g	4,3 g	0,6 g	2,1 BE
114 370	Bunte Hühner-Lauchcremesauce	2000 g	14	18	20	430 kJ	103 kcal	6,2 g	3,3 g	3,4 g	1,5 g	8,0 g	1,0 g	0,2 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
214 370	Bunte Hühner-Lauchcremesauce	450 g	3	4	5	424 kJ	102 kcal	6,3 g	3,4 g	3,5 g	1,5 g	7,3 g	1,0 g	0,3 BE
110 260	Buntes Gemüse natur	1230 g	14	18	30	378 kJ	90 kcal	2,6 g	1,4 g	11,1 g	3,4 g	3,5 g	0,6 g	0,4 BE
210 260	Buntes Gemüse natur	300 g	3	4	7	380 kJ	90 kcal	2,2 g	1,1 g	11,9 g	3,7 g	3,8 g	0,6 g	0,5 BE
97171	Butter, BIO	250 g	16	16	32	3.057 kJ	744 kcal	82,0 g	49,2 g	0,6 g	0,6 g	0,7 g	0,0 g	0,1 BE
97351	Butterkäse	150 g	3	4	8	1.262 kJ	304 kcal	23,0 g	15,0 g	0,0 g	0,0 g	23,5 g	1,3 g	0,0 BE
110 320	Caramelpudding	2000 g	13	16	18	435 kJ	103 kcal	3,3 g	2,2 g	14,8 g	11,7 g	3,2 g	0,1 g	1,2 BE
210 320	Caramelpudding	500 g	3	4	5	435 kJ	103 kcal	3,3 g	2,2 g	14,8 g	11,7 g	3,2 g	0,1 g	1,2 BE
115 870	Cevapcici gemischt mit Saft	1350 g	8	12	-	679 kJ	163 kcal	9,8 g	3,7 g	4,2 g	1,0 g	14,1 g	1,5 g	0,3 BE
215 870	Cevapcici gemischt mit Saft	340 g	2	3	-	675 kJ	162 kcal	9,8 g	3,7 g	4,1 g	1,0 g	14,0 g	1,5 g	0,3 BE
110 340	Champignonsauce	2000 g	11	14	18	391 kJ	94 kcal	7,5 g	3,3 g	3,0 g	0,6 g	2,7 g	1,0 g	0,2 BE
115 220	Chili con Carne	2000 g	6	10	-	434 kJ	104 kcal	3,9 g	1,3 g	8,7 g	3,0 g	6,8 g	1,1 g	0,3 BE
215 220	Chili con Carne	450 g	2	2	-	434 kJ	104 kcal	3,9 g	1,3 g	8,7 g	3,0 g	6,8 g	1,1 g	0,3 BE
115 900	Chili con Carne gemischt	2000 g	6	10	-	437 kJ	104 kcal	4,0 g	1,3 g	8,7 g	3,0 g	6,6 g	1,1 g	0,3 BE
215 900	Chili con Carne gemischt	450 g	2	2	-	437 kJ	104 kcal	4,0 g	1,3 g	8,7 g	3,0 g	6,6 g	1,1 g	0,3 BE
116 150	Chili sin Carne	2000 g	6	10	-	287 kJ	68 kcal	1,2 g	0,1 g	7,9 g	2,6 g	4,4 g	1,0 g	0,3 BE
216 150	Chili sin Carne	450 g	2	2	-	287 kJ	68 kcal	1,2 g	0,1 g	7,9 g	2,6 g	4,4 g	1,0 g	0,3 BE
92261	Chinakohl geschnitten	1000 g	15	25	30	69 kJ	17 kcal	0,3 g	0,1 g	1,2 g	1,2 g	1,1 g	0,0 g	0,1 BE
110 370	Confettisuppe	1900 g	13	15	16	122 kJ	29 kcal	0,5 g	0,1 g	4,4 g	1,3 g	1,0 g	0,9 g	0,3 BE
92414	Cornflakes Fitness	750 g	8	10	12	1.561 kJ	368 kcal	1,3 g	0,5 g	77,2 g	17,2 g	8,6 g	1,3 g	6,4 BE
115 520	Couscous, BIO	1500 g	11	16	18	547 kJ	129 kcal	0,7 g	0,1 g	25,3 g	0,5 g	4,3 g	1,0 g	2,1 BE
110 390	Cremspinaat	1600 g	10	13	16	276 kJ	66 kcal	3,4 g	1,9 g	5,8 g	0,7 g	2,3 g	1,0 g	0,5 BE
210 390	Cremspinaat	375 g	2	3	4	276 kJ	66 kcal	3,4 g	1,9 g	5,8 g	0,7 g	2,3 g	1,0 g	0,5 BE
116 410	Cremige Käsenudeln	2000 g	9	12	-	484 kJ	116 kcal	5,0 g	2,9 g	12,6 g	1,0 g	4,5 g	0,8 g	1,1 BE
216 410	Cremige Käsenudeln	450 g	2	3	-	502 kJ	120 kcal	4,8 g	2,8 g	13,9 g	0,9 g	4,7 g	0,8 g	1,2 BE
92299	Croutons natur	500 g	50	50	50	1.963 kJ	468 kcal	20,0 g	9,6 g	60,0 g	3,5 g	10,0 g	2,3 g	5,0 BE
92016	Demmer Tee gemischt	3000 g	600	600	600	1.557 kJ	369 kcal	4,2 g	1,0 g	65,0 g	65,0 g	12,0 g	0,0 g	5,4 BE
911 0041	Dinkel-Himbeerkuchen	2150 g	30	40	40	1.019 kJ	244 kcal	13,9 g	1,7 g	24,2 g	17,2 g	4,1 g	0,5 g	2,0 BE
921 0041	Dinkel-Himbeerkuchen	1075 g	15	20	20	1.019 kJ	244 kcal	13,9 g	1,7 g	24,2 g	17,2 g	4,1 g	0,5 g	2,0 BE
911 0074	Dinkelvollkornkuchen mit Joghurt-Marillencreme	2300 g	30	40	40	1.309 kJ	313 kcal	17,1 g	2,5 g	33,2 g	22,3 g	5,4 g	0,6 g	2,8 BE
911 0075	Dinkelvollkorn-Zwetschkuchen mit Dinkelvollkorn-Streusel	2400 g	30	40	40	1.477 kJ	354 kcal	20,7 g	3,0 g	34,2 g	22,4 g	5,9 g	0,6 g	2,8 BE
921 0075	Dinkelvollkorn-Zwetschkuchen mit Dinkelvollkorn-Streusel	1200 g	15	20	20	1.477 kJ	354 kcal	20,7 g	3,0 g	34,2 g	22,4 g	5,9 g	0,6 g	2,8 BE
92312	Eckerlkäse	160 g	8	8	16	1.136 kJ	275 kcal	25,0 g	16,0 g	4,0 g	4,0 g	8,0 g	2,5 g	0,3 BE
116 260	Eiernockerl	1500 g	7	9	10	661 kJ	157 kcal	5,2 g	1,5 g	18,9 g	0,9 g	7,1 g	1,3 g	1,6 BE
216 260	Eiernockerl	430 g	2	3	3	661 kJ	157 kcal	5,2 g	1,5 g	18,9 g	0,9 g	7,1 g	1,3 g	1,6 BE
92228	Eierschöberl 250g	250 g	20	20	25	2.165 kJ	518 kcal	28,0 g	8,5 g	48,0 g	0,2 g	17,0 g	1,8 g	4,0 BE
92229	Eierschöberl 50g	50 g	4	4	5	2.165 kJ	518 kcal	28,0 g	8,5 g	48,0 g	0,2 g	17,0 g	1,8 g	4,0 BE
116 180	Einmachhuhn	2000 g	13	16	18	341 kJ	81 kcal	3,0 g	1,2 g	3,4 g	1,4 g	9,6 g	0,8 g	0,2 BE
216 180	Einmachhuhn	500 g	3	5	5	341 kJ	81 kcal	3,0 g	1,2 g	3,4 g	1,4 g	9,6 g	0,8 g	0,3 BE
92025	Eisbergsalat geschnitten	200 g	6	8	10	64 kJ	15 kcal	0,2 g	0,0 g	1,6 g	2,0 g	1,0 g	0,0 g	0,1 BE
116 020	Erbsencremesuppe	1900 g	13	15	16	234 kJ	56 kcal	2,5 g	1,4 g	5,5 g	0,8 g	2,1 g	1,0 g	0,2 BE
110 470	Erbsengemüse natur, BIO	1310 g	14	18	32	441 kJ	105 kcal	2,4 g	1,3 g	11,7 g	1,2 g	6,5 g	0,5 g	0,0 BE
210 470	Erbsengemüse natur, BIO	300 g	3	4	7	459 kJ	109 kcal	2,3 g	1,2 g	12,4 g	1,3 g	6,9 g	0,6 g	0,0 BE
116 360	Erdäpfel-Broccoli-Auflauf	2000 g	9	13	15	374 kJ	89 kcal	2,9 g	1,5 g	10,3 g	2,1 g	4,4 g	1,3 g	0,9 BE
216 360	Erdäpfel-Broccoli-Auflauf	450 g	2	3	4	366 kJ	87 kcal	2,8 g	1,4 g	10,4 g	2,0 g	4,2 g	1,3 g	0,9 BE
115 560	Erdäpfelcremesuppe	1900 g	13	15	16	142 kJ	34 kcal	0,9 g	0,5 g	5,1 g	0,8 g	0,9 g	1,2 g	0,4 BE
215 160	Erdäpfel-Frischkäselaiichen	360 g	2	3	4	914 kJ	219 kcal	12,5 g	5,0 g	21,0 g	1,5 g	4,3 g	1,6 g	1,7 BE
115 160	Erdäpfel-Frischkäselaiichen	1260 g	7	9	14	914 kJ	219 kcal	12,5 g	5,0 g	21,0 g	1,5 g	4,3 g	1,6 g	1,7 BE
111 210	Erdäpfelgratin	2000 g	9	13	15	398 kJ	95 kcal	2,8 g	1,6 g	12,6 g	1,8 g	4,0 g	1,1 g	1,0 BE
211 210	Erdäpfelgratin	450 g	2	3	4	403 kJ	96 kcal	2,9 g	1,7 g	12,5 g	1,8 g	4,1 g	1,1 g	1,0 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
110 940	Erdäpfelgulasch mit Putenwiener	2000 g	6	9	-	312 kJ	74 kcal	3,0 g	1,2 g	8,4 g	0,8 g	2,8 g	1,0 g	0,7 BE
110 510	Erdäpfelgulasch mit Wiener Wurst	2000 g	6	9	-	356 kJ	85 kcal	4,0 g	1,4 g	8,1 g	0,8 g	3,5 g	1,2 g	0,6 BE
111 910	Erdäpfelgulasch vegetarisch	2000 g	6	9	10	278 kJ	66 kcal	1,8 g	0,2 g	10,4 g	1,0 g	1,4 g	0,9 g	0,8 BE
211 910	Erdäpfelgulasch vegetarisch	400 g	1	2	2	272 kJ	65 kcal	1,8 g	0,2 g	10,1 g	1,0 g	1,3 g	0,9 g	0,8 BE
110 540	Erdäpfelknödel	1090 g	9	12	18	665 kJ	158 kcal	4,0 g	0,5 g	26,5 g	0,5 g	2,6 g	1,0 g	2,2 BE
110 550	Erdäpfelnudeln	1600 g	7	10	13	735 kJ	174 kcal	2,2 g	0,6 g	31,9 g	0,3 g	5,0 g	0,9 g	2,7 BE
114 630	Erdäpfelpuffer	1176 g	8	12	-	839 kJ	200 kcal	9,2 g	4,7 g	25,2 g	0,8 g	2,5 g	1,4 g	2,1 BE
214 630	Erdäpfelpuffer	392 g	2	4	-	839 kJ	200 kcal	9,2 g	4,7 g	25,2 g	0,8 g	2,5 g	1,4 g	2,1 BE
114 110	Erdäpfelpüree	2000 g	10	14	16	471 kJ	113 kcal	6,1 g	3,8 g	10,8 g	3,6 g	3,2 g	0,9 g	0,9 BE
116 630	Erdäpfelröllchen	950 g	9	14	16	664 kJ	158 kcal	3,8 g	0,7 g	26,9 g	0,5 g	2,7 g	1,0 g	2,2 BE
216 630	Erdäpfelröllchen	228 g	2	3	4	664 kJ	158 kcal	3,8 g	0,7 g	26,9 g	0,5 g	2,7 g	1,0 g	2,2 BE
110 570	Erdäpfelsalat	2000 g	12	15	-	417 kJ	99 kcal	3,4 g	0,3 g	14,8 g	3,4 g	1,5 g	1,6 g	1,2 BE
115 510	Erdäpfelschmarren	2000 g	10	14	-	416 kJ	99 kcal	3,0 g	0,5 g	15,0 g	1,1 g	1,9 g	0,7 g	1,3 BE
115 550	Erdäpfel-Topfenlaibchen	720 g	4	6	12	924 kJ	221 kcal	8,9 g	1,5 g	28,2 g	2,2 g	5,4 g	1,5 g	2,3 BE
215 550	Erdäpfel-Topfenlaibchen	240 g	1	2	4	924 kJ	221 kcal	8,9 g	1,5 g	28,2 g	2,2 g	5,4 g	1,5 g	2,3 BE
115 050	Erdäpfelwürfel	2000 g	10	14	16	406 kJ	96 kcal	2,0 g	0,5 g	16,3 g	1,4 g	2,1 g	0,8 g	1,4 BE
110 590	Erdbeerkompott	2000 g	14	17	21	188 kJ	45 kcal	0,2 g	0,0 g	9,1 g	9,0 g	0,5 g	0,0 g	0,8 BE
210 590	Erdbeerkompott	500 g	3	4	5	186 kJ	44 kcal	0,3 g	0,0 g	8,8 g	8,7 g	0,5 g	0,0 g	0,7 BE
93510	Erdbeermarmelade	450 g	16	25	30	891 kJ	210 kcal	0,2 g	0,0 g	50,8 g	50,7 g	0,5 g	0,0 g	4,2 BE
110 600	Erdbeermus	2000 g	14	17	20	263 kJ	62 kcal	0,3 g	0,0 g	13,1 g	11,9 g	0,6 g	0,0 g	1,1 BE
210 600	Erdbeermus	500 g	3	4	5	263 kJ	62 kcal	0,3 g	0,0 g	13,1 g	11,9 g	0,6 g	0,0 g	1,1 BE
110 580	Erdbeer-Rhabarberkompott	2000 g	14	17	21	225 kJ	53 kcal	0,2 g	0,0 g	11,1 g	11,1 g	0,4 g	0,0 g	0,9 BE
210 580	Erdbeer-Rhabarberkompott	500 g	3	4	5	225 kJ	53 kcal	0,2 g	0,0 g	11,1 g	11,1 g	0,4 g	0,0 g	0,9 BE
93410	Essig 7,5%	1000 g	60	80	120	78 kJ	18 kcal	0,0 g	0,0 g	0,5 g	0,5 g	0,4 g	0,0 g	0,0 BE
92021	Essiggurkerl	1700 g	25	25	35	123 kJ	29 kcal	0,5 g	0,1 g	1,8 g	1,8 g	0,6 g	1,1 g	0,1 BE
92659	Essiggurkerl 720g KR	720 g	-	-	15	114 kJ	27 kcal	0,1 g	0,0 g	3,3 g	3,0 g	1,8 g	2,4 g	0,3 BE
110 620	Esterhazy-Rindsragout	2000 g	12	15	18	298 kJ	71 kcal	2,2 g	0,9 g	4,7 g	1,0 g	7,8 g	0,9 g	0,4 BE
210 620	Esterhazy-Rindsragout	400 g	3	3	4	301 kJ	72 kcal	2,2 g	0,9 g	4,7 g	1,0 g	7,9 g	0,9 g	0,4 BE
116 280	Falafel	900 g	10	12	12	998 kJ	238 kcal	7,0 g	1,0 g	28,7 g	1,9 g	10,2 g	1,1 g	0,7 BE
216 280	Falafel	180 g	2	2	2	998 kJ	238 kcal	7,0 g	1,0 g	28,7 g	1,9 g	10,2 g	1,1 g	0,7 BE
214 390	Fantasienuudeln	450 g	12	14	15	664 kJ	157 kcal	1,7 g	0,3 g	29,8 g	0,1 g	4,9 g	0,8 g	0,0 BE
116 600	Farfalle, BIO	1000 g	4	6	8	782 kJ	185 kcal	1,8 g	0,3 g	35,0 g	0,0 g	5,9 g	1,0 g	3,1 BE
216 600	Farfalle, BIO	230 g	1	2	2	782 kJ	185 kcal	1,8 g	0,3 g	35,0 g	0,0 g	5,9 g	1,0 g	3,1 BE
110 240	Faschierter Braten gemischt	1900 g	12	18	-	764 kJ	183 kcal	9,4 g	3,5 g	10,1 g	1,0 g	13,9 g	1,5 g	0,8 BE
210 240	Faschierter Braten gemischt	390 g	2	3	-	642 kJ	154 kcal	7,9 g	2,8 g	8,8 g	1,0 g	11,3 g	1,4 g	0,7 BE
110 630	Faschierter Braten vom Rind	1830 g	12	18	-	597 kJ	143 kcal	7,1 g	2,9 g	6,0 g	0,7 g	13,4 g	1,2 g	0,5 BE
210 630	Faschierter Braten vom Rind	390 g	2	3	-	515 kJ	123 kcal	6,1 g	2,4 g	5,6 g	0,8 g	11,1 g	1,2 g	0,4 BE
110 640	Faschierter Braten vom Rind	1000 g	-	-	8	486 kJ	116 kcal	5,8 g	2,3 g	5,0 g	0,5 g	10,9 g	1,2 g	0,4 BE
115 310	Feines Rahmgemüse	1900 g	14	18	19	483 kJ	116 kcal	7,4 g	4,3 g	8,2 g	2,8 g	2,9 g	0,7 g	0,7 BE
215 310	Feines Rahmgemüse	400 g	3	4	4	467 kJ	112 kcal	6,8 g	4,0 g	8,4 g	2,8 g	3,0 g	0,7 g	0,7 BE
97064	Feinkristallzucker 1kg	1000 g	70	100	120	1.697 kJ	399 kcal	0,0 g	0,0 g	99,8 g	99,8 g	0,0 g	0,0 g	8,3 BE
115 440	Feinschmeckergemüse natur	1200 g	12	16	18	346 kJ	82 kcal	2,0 g	0,2 g	10,6 g	2,8 g	3,5 g	0,5 g	0,4 BE
215 440	Feinschmeckergemüse natur	300 g	3	4	4	364 kJ	87 kcal	2,3 g	0,3 g	10,9 g	2,9 g	3,6 g	0,8 g	0,4 BE
110 950	Feinschmeckersaft	800 g	25	25	30	149 kJ	35 kcal	1,6 g	0,2 g	4,4 g	1,5 g	0,6 g	1,4 g	0,3 BE
114 740	Fischfilet mit Paradeis-Käsekruste	900 g	9	9	18	672 kJ	160 kcal	7,1 g	3,2 g	5,1 g	1,6 g	18,8 g	1,6 g	0,4 BE
214 740	Fischfilet mit Paradeis-Käsekruste	200 g	2	2	4	672 kJ	160 kcal	7,1 g	3,2 g	5,1 g	1,6 g	18,8 g	1,6 g	0,4 BE
114 730	Fischfilet überbacken mit Mozzarella	865 g	8	16	16	632 kJ	150 kcal	5,1 g	2,1 g	1,1 g	0,6 g	24,8 g	1,5 g	0,0 BE
214 730	Fischfilet überbacken mit Mozzarella	195 g	2	4	4	630 kJ	150 kcal	4,5 g	1,7 g	0,8 g	0,4 g	26,3 g	1,6 g	0,0 BE
114 710	Fischlaibchen	1050 g	9	14	14	914 kJ	217 kcal	7,1 g	1,9 g	21,7 g	0,6 g	15,5 g	1,9 g	1,8 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
214 710	Fischlaibchen	300 g	2	2	3	914 kJ	217 kcal	7,1 g	1,9 g	21,7 g	0,6 g	15,5 g	1,9 g	1,8 BE
116 160	Fischli gebacken	900 g	6	9	9	783 kJ	186 kcal	5,9 g	2,2 g	18,7 g	2,7 g	13,9 g	1,4 g	1,6 BE
216 160	Fischli gebacken	300 g	2	3	3	783 kJ	186 kcal	5,9 g	2,2 g	18,7 g	2,7 g	13,9 g	1,4 g	1,6 BE
115 950	Fischstäbchen	860 g	7	12	12	787 kJ	187 kcal	5,8 g	0,8 g	21,8 g	0,6 g	11,5 g	0,6 g	1,8 BE
215 950	Fischstäbchen	240 g	2	3	3	784 kJ	186 kcal	5,8 g	0,8 g	21,7 g	0,5 g	11,4 g	0,6 g	1,8 BE
110 270	Fisolen natur kurz	1300 g	14	18	32	233 kJ	56 kcal	2,1 g	1,2 g	4,9 g	2,1 g	2,4 g	0,5 g	0,0 BE
210 270	Fisolen natur kurz	300 g	3	4	7	262 kJ	63 kcal	3,0 g	1,7 g	4,8 g	2,1 g	2,4 g	0,6 g	0,0 BE
92726	Fisolensalat	720 g	13	16	22	116 kJ	28 kcal	0,0 g	0,0 g	3,3 g	0,0 g	1,7 g	0,7 g	0,3 BE
115 450	Fit-Gemüse	1250 g	14	18	32	321 kJ	77 kcal	2,6 g	1,4 g	9,9 g	4,9 g	1,8 g	0,6 g	0,5 BE
215 450	Fit-Gemüse	300 g	3	4	7	346 kJ	83 kcal	2,2 g	1,1 g	11,6 g	5,0 g	2,2 g	0,6 g	0,7 BE
110 750	Fleischhaschee für Hörnchen vom Rind	2000 g	13	20	-	294 kJ	70 kcal	3,6 g	1,3 g	4,5 g	0,9 g	4,7 g	1,1 g	0,3 BE
210 750	Fleischhaschee für Hörnchen vom Rind	450 g	3	4	-	294 kJ	70 kcal	3,6 g	1,3 g	4,5 g	0,9 g	4,7 g	1,1 g	0,3 BE
110 760	Fleischlaibchen in Saft vom Rind	2000 g	12	18	18	498 kJ	119 kcal	6,1 g	2,3 g	5,2 g	0,3 g	10,6 g	1,3 g	0,4 BE
210 760	Fleischlaibchen in Saft vom Rind	440 g	2	4	4	502 kJ	120 kcal	6,2 g	2,3 g	5,2 g	0,3 g	10,7 g	1,3 g	0,4 BE
110 720	Fleischlaibchen Rind- und Schweinefleisch gemischt in Saft	2000 g	12	18	18	510 kJ	122 kcal	6,7 g	2,4 g	6,3 g	0,8 g	9,0 g	1,5 g	0,5 BE
210 720	Fleischlaibchen Rind- und Schweinefleisch gemischt in Saft	440 g	2	4	4	515 kJ	123 kcal	6,7 g	2,4 g	6,3 g	0,8 g	9,1 g	1,5 g	0,5 BE
114 860	Fleischpalatschinken mit gemischtem Faschierten, BIO	1100 g	5	10	10	791 kJ	189 kcal	9,7 g	3,0 g	15,4 g	1,7 g	9,5 g	0,8 g	1,3 BE
214 860	Fleischpalatschinken mit gemischtem Faschierten, BIO	220 g	1	2	2	791 kJ	189 kcal	9,7 g	3,0 g	15,4 g	1,7 g	9,5 g	0,8 g	1,3 BE
92023	Frankfurter hautlos	1000 g	10	20	40	1.215 kJ	293 kcal	25,0 g	10,0 g	3,0 g	2,7 g	14,0 g	2,0 g	0,3 BE
92162	Frischkäse	1000 g	30	35	50	1.256 kJ	304 kcal	29,0 g	18,7 g	2,5 g	2,5 g	7,8 g	0,6 g	0,2 BE
115 360	Frischkäsesauce	2000 g	17	23	25	477 kJ	115 kcal	9,4 g	5,7 g	5,2 g	1,7 g	2,1 g	0,9 g	0,4 BE
215 360	Frischkäsesauce	400 g	4	5	5	477 kJ	115 kcal	9,4 g	5,7 g	5,2 g	1,7 g	2,1 g	0,9 g	0,4 BE
210 780	Frittaten, BIO	250 g	8	8	12	828 kJ	197 kcal	5,0 g	1,5 g	28,6 g	2,0 g	8,3 g	1,4 g	2,4 BE
92258	Fruchtjoghurt 400 g, BIO	400 g	3	4	4	379 kJ	90 kcal	2,8 g	1,9 g	12,2 g	12,2 g	3,3 g	0,1 g	1,0 BE
114 990	Fruchtmus	2000 g	14	17	20	263 kJ	62 kcal	0,3 g	0,0 g	13,1 g	11,9 g	0,6 g	0,0 g	1,1 BE
214 990	Fruchtmus	500 g	3	4	5	263 kJ	62 kcal	0,3 g	0,0 g	13,1 g	11,9 g	0,6 g	0,0 g	1,1 BE
114 360	Frühlingsgemüse leicht gebunden	2000 g	16	20	22	217 kJ	52 kcal	2,8 g	1,7 g	5,0 g	2,9 g	1,0 g	1,0 g	0,2 BE
214 360	Frühlingsgemüse leicht gebunden	500 g	4	5	5	217 kJ	52 kcal	2,8 g	1,7 g	4,9 g	2,8 g	1,0 g	1,1 g	0,2 BE
114 410	Frühlingssauce mit Putenschinken	2000 g	14	18	20	283 kJ	68 kcal	3,2 g	1,5 g	4,7 g	1,5 g	4,5 g	1,0 g	0,3 BE
214 410	Frühlingssauce mit Putenschinken	450 g	3	4	4	271 kJ	65 kcal	2,9 g	1,4 g	4,7 g	1,5 g	4,2 g	1,0 g	0,3 BE
114 420	Frühlingssauce mit Schinkenwürfel	2000 g	14	18	20	286 kJ	68 kcal	3,4 g	1,5 g	4,7 g	1,6 g	4,2 g	1,0 g	0,3 BE
214 420	Frühlingssauce mit Schinkenwürfel	450 g	3	4	4	282 kJ	67 kcal	3,3 g	1,5 g	4,9 g	1,7 g	4,0 g	0,9 g	0,4 BE
92120	Gärtner Mix (Maxi Mix)	1000 g	15	25	25	81 kJ	19 kcal	0,3 g	0,1 g	2,0 g	0,7 g	1,0 g	0,0 g	0,2 BE
114 280	Gebackene Hühnerbruststücke	900 g	8	10	20	945 kJ	225 kcal	8,6 g	1,1 g	12,3 g	0,4 g	24,2 g	1,0 g	1,0 BE
214 280	Gebackene Hühnerbruststücke	360 g	3	4	8	945 kJ	225 kcal	8,6 g	1,1 g	12,3 g	0,4 g	24,2 g	1,0 g	1,0 BE
115 530	Gebundenes Gemüse Florenz	1800 g	14	17	18	334 kJ	80 kcal	3,4 g	1,9 g	8,7 g	4,1 g	2,5 g	1,1 g	0,7 BE
215 530	Gebundenes Gemüse Florenz	400 g	3	4	4	334 kJ	80 kcal	3,4 g	1,9 g	8,7 g	4,1 g	2,5 g	1,1 g	0,7 BE
116 660	Gelbe Paprikarahmsuppe	1900 g	13	15	16	294 kJ	71 kcal	4,2 g	1,7 g	6,0 g	2,5 g	1,6 g	0,9 g	0,4 BE
114 210	Gelbe Rübensuppe	1900 g	13	15	16	265 kJ	64 kcal	4,2 g	2,5 g	4,9 g	1,7 g	1,0 g	0,9 g	0,4 BE
110 790	Gemischtes Kompott	2000 g	14	17	21	196 kJ	46 kcal	0,1 g	0,0 g	10,5 g	10,3 g	0,2 g	0,0 g	0,9 BE
210 790	Gemischtes Kompott	430 g	3	4	5	196 kJ	46 kcal	0,1 g	0,0 g	10,5 g	10,3 g	0,2 g	0,0 g	0,9 BE
115 810	Gemüse für Risotto	2000 g	14	20	22	233 kJ	55 kcal	1,4 g	0,7 g	7,7 g	2,5 g	1,8 g	1,1 g	0,4 BE
215 810	Gemüse für Risotto	400 g	3	4	5	233 kJ	55 kcal	1,4 g	0,7 g	7,7 g	2,5 g	1,8 g	1,1 g	0,4 BE
112 970	Gemüse Kunterbunt	2000 g	16	20	22	198 kJ	47 kcal	2,1 g	1,2 g	4,8 g	1,6 g	1,6 g	1,1 g	0,2 BE
212 970	Gemüse Kunterbunt	500 g	4	5	5	198 kJ	47 kcal	2,1 g	1,2 g	4,8 g	1,6 g	1,6 g	1,1 g	0,2 BE
115 480	Gemüsebällchen	1000 g	10	16	16	935 kJ	223 kcal	9,7 g	2,5 g	21,9 g	2,2 g	9,9 g	1,3 g	1,8 BE
215 480	Gemüsebällchen	200 g	2	3	3	935 kJ	223 kcal	9,7 g	2,5 g	21,9 g	2,2 g	9,9 g	1,3 g	1,8 BE
115 380	Gemüsebolognese	2000 g	16	18	20	141 kJ	33 kcal	0,2 g	0,0 g	5,7 g	3,3 g	1,3 g	1,0 g	0,2 BE
215 380	Gemüsebolognese	400 g	3	4	4	138 kJ	33 kcal	0,2 g	0,0 g	5,5 g	3,6 g	1,2 g	1,0 g	0,2 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
112 070	Gemüsebouillon	1800 g	15	17	19	39 kJ	9 kcal	0,1 g	0,0 g	1,3 g	1,1 g	0,3 g	0,9 g	0,0 BE
116 040	Gemüsecremesuppe	1900 g	13	15	16	185 kJ	44 kcal	3,1 g	1,0 g	2,5 g	1,7 g	0,9 g	1,0 g	0,2 BE
112 110	Gemüseintropfsuppe	1900 g	13	15	16	120 kJ	29 kcal	0,4 g	0,1 g	4,6 g	1,2 g	1,1 g	0,9 g	0,3 BE
114 880	Gemüsefleckerl	1600 g	7	10	12	521 kJ	124 kcal	3,5 g	2,1 g	17,8 g	2,2 g	3,8 g	1,2 g	1,3 BE
214 880	Gemüsefleckerl	460 g	2	3	4	521 kJ	124 kcal	3,5 g	2,1 g	17,8 g	2,2 g	3,8 g	1,2 g	1,5 BE
115 600	Gemüseulasch	2000 g	11	14	17	283 kJ	68 kcal	3,3 g	1,2 g	7,2 g	3,8 g	1,2 g	1,2 g	0,6 BE
215 600	Gemüseulasch	600 g	4	4	5	283 kJ	68 kcal	3,3 g	1,2 g	7,3 g	3,8 g	1,2 g	1,2 g	0,6 BE
115 620	Gemüse-Kokos-Curry	2000 g	12	15	-	512 kJ	123 kcal	8,3 g	7,6 g	8,3 g	4,0 g	2,8 g	0,8 g	0,5 BE
215 620	Gemüse-Kokos-Curry	400 g	2	3	-	512 kJ	123 kcal	8,3 g	7,6 g	8,3 g	4,0 g	2,8 g	0,8 g	0,5 BE
115 540	Gemüselaiichen	720 g	6	8	12	873 kJ	208 kcal	5,7 g	0,9 g	32,0 g	3,0 g	4,8 g	1,1 g	2,5 BE
215 540	Gemüselaiichen	240 g	2	2	4	873 kJ	208 kcal	5,7 g	0,9 g	32,0 g	3,0 g	4,8 g	1,1 g	2,5 BE
112 160	Gemüselasagne	2000 g	7	10	12	389 kJ	93 kcal	2,7 g	1,3 g	13,0 g	4,2 g	3,1 g	1,2 g	1,1 BE
212 160	Gemüselasagne	550 g	2	2	3	408 kJ	97 kcal	2,9 g	1,5 g	13,4 g	4,1 g	3,3 g	1,2 g	1,1 BE
116 070	Gemüse-Nudeltaschen mit Paradeissauce	1800 g	6	6	-	439 kJ	105 kcal	4,2 g	1,8 g	13,1 g	4,0 g	2,9 g	1,5 g	1,1 BE
216 070	Gemüse-Nudeltaschen mit Paradeissauce	400 g	2	2	-	487 kJ	116 kcal	3,6 g	1,5 g	16,3 g	4,0 g	3,8 g	1,5 g	1,4 BE
212 190	Gemüsenuggets	300 g	2	3	3	1.348 kJ	321 kcal	9,6 g	1,9 g	46,9 g	3,1 g	8,9 g	1,1 g	3,9 BE
112 190	Gemüsenuggets	1000 g	7	10	12	1.350 kJ	321 kcal	9,7 g	2,2 g	47,2 g	3,0 g	8,8 g	1,3 g	3,7 BE
116 120	Gemüsereis	1800 g	13	19	22	395 kJ	93 kcal	1,1 g	0,1 g	17,5 g	1,7 g	2,5 g	0,8 g	1,2 BE
216 120	Gemüsereis	280 g	2	3	3	590 kJ	140 kcal	1,5 g	0,2 g	26,5 g	2,4 g	3,6 g	1,0 g	1,9 BE
112 260	Gemüseschnitzel	1120 g	8	10	16	1.014 kJ	243 kcal	12,7 g	5,8 g	24,9 g	1,1 g	5,9 g	1,6 g	2,1 BE
212 260	Gemüseschnitzel	280 g	2	2	4	1.014 kJ	243 kcal	12,7 g	5,8 g	24,9 g	1,1 g	5,9 g	1,6 g	2,1 BE
97197	Gervais	125 g	4	4	8	1.288 kJ	312 kcal	29,0 g	18,5 g	3,7 g	3,7 g	8,5 g	0,5 g	0,3 BE
116 270	Gnocchi	1550 g	10	14	15	781 kJ	184 kcal	0,9 g	0,3 g	37,9 g	0,7 g	5,4 g	1,3 g	3,2 BE
93425	Gouda geschnitten	1000 g	25	30	60	1.417 kJ	341 kcal	26,0 g	17,9 g	0,0 g	0,0 g	26,0 g	2,7 g	0,0 BE
92031	Gouda geschnitten	150 g	3	4	8	1.417 kJ	341 kcal	26,0 g	17,0 g	0,0 g	0,0 g	26,0 g	1,3 g	0,0 BE
112 330	Grießauflauf	1800 g	7	11	14	664 kJ	158 kcal	4,8 g	2,1 g	20,1 g	10,9 g	8,1 g	0,3 g	1,7 BE
115 580	Grießdukatensuppe vegetarisch	1900 g	13	15	16	40 kJ	10 kcal	0,3 g	0,0 g	1,1 g	0,9 g	0,3 g	0,7 g	0,0 BE
112 370	Grießkoch	2000 g	6	9	10	442 kJ	105 kcal	3,0 g	2,0 g	15,7 g	11,2 g	3,5 g	0,2 g	1,3 BE
112 380	Grießnockerlsuppe vegetarisch	2000 g	10	10	-	197 kJ	47 kcal	2,6 g	0,9 g	4,2 g	1,1 g	1,4 g	1,0 g	0,3 BE
212 380	Grießnockerlsuppe vegetarisch	400 g	2	2	-	198 kJ	47 kcal	2,6 g	0,9 g	4,3 g	1,1 g	1,4 g	0,9 g	0,3 BE
116 490	Grießschmarren	1500 g	7	10	12	1.034 kJ	245 kcal	5,7 g	1,3 g	40,4 g	11,1 g	7,1 g	0,5 g	3,4 BE
216 490	Grießschmarren	220 g	1	2	2	1.034 kJ	245 kcal	5,7 g	1,3 g	40,4 g	6,9 g	7,1 g	0,5 g	3,4 BE
92094	Gurke ganz	400 g	6	10	12	59 kJ	14 kcal	0,2 g	0,1 g	1,8 g	1,8 g	0,6 g	0,0 g	0,2 BE
92054	Hartkäse "Grana Padano" fein gerieben	100 g	10	20	25	1.617 kJ	389 kcal	28,4 g	17,7 g	0,0 g	0,0 g	33,0 g	2,1 g	0,0 BE
112 420	Haselnusspudding	2000 g	13	16	18	493 kJ	117 kcal	4,6 g	2,1 g	15,5 g	11,8 g	3,2 g	0,1 g	1,3 BE
212 420	Haselnusspudding	500 g	3	4	5	493 kJ	117 kcal	4,6 g	2,1 g	15,5 g	11,8 g	3,2 g	0,1 g	1,3 BE
111 230	Hirse-Zucchini-Rindfleischlaibchen	880 g	10	16	16	1.130 kJ	270 kcal	14,4 g	4,5 g	17,8 g	0,8 g	16,6 g	1,7 g	1,5 BE
211 230	Hirse-Zucchini-Rindfleischlaibchen	220 g	2	4	4	1.130 kJ	270 kcal	14,4 g	4,5 g	17,8 g	0,8 g	16,6 g	1,7 g	1,5 BE
97324	Honig	500 g	20	25	30	1.282 kJ	302 kcal	0,0 g	0,0 g	75,0 g	75,0 g	0,4 g	0,0 g	6,3 BE
113 870	Hörnchen Hauptspeise KR, BIO	750 g	-	-	6	667 kJ	158 kcal	1,7 g	0,2 g	29,6 g	0,0 g	5,0 g	0,8 g	2,5 BE
112 450	Hörnchen, BIO	1550 g	7	10	12	667 kJ	158 kcal	1,7 g	0,2 g	29,6 g	0,0 g	5,0 g	0,8 g	2,5 BE
112 440	Hörnchen, BIO	1550 g	10	14	15	667 kJ	158 kcal	1,7 g	0,2 g	29,6 g	0,0 g	5,0 g	0,8 g	2,5 BE
112 460	Hörnchenauflauf	2000 g	9	13	16	816 kJ	195 kcal	10,7 g	4,1 g	19,1 g	1,8 g	4,9 g	1,2 g	1,6 BE
212 460	Hörnchenauflauf	600 g	3	4	5	816 kJ	195 kcal	10,7 g	4,1 g	19,1 g	1,8 g	4,9 g	1,2 g	1,6 BE
112 960	Hühner Kokos Curry	2000 g	12	15	-	844 kJ	203 kcal	15,4 g	1,4 g	8,3 g	4,4 g	7,6 g	0,7 g	0,7 BE
212 960	Hühner Kokos Curry	400 g	3	3	-	835 kJ	201 kcal	15,4 g	1,3 g	7,7 g	4,0 g	9,7 g	0,6 g	0,6 BE
115 940	Hühnerbruststücke gebraten	750 g	15	25	38	656 kJ	155 kcal	2,2 g	0,4 g	0,7 g	0,3 g	33,2 g	1,9 g	0,1 BE
215 940	Hühnerbruststücke gebraten	200 g	4	6	10	656 kJ	155 kcal	2,2 g	0,4 g	0,7 g	0,3 g	33,2 g	1,9 g	0,1 BE
112 500	Hühnerbruststücke in Paprika Rahmsauce	2000 g	12	15	22	344 kJ	82 kcal	3,2 g	1,1 g	4,1 g	1,0 g	9,0 g	0,7 g	0,3 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
114 640	Hühnereintropfsuppe	1900 g	13	15	16	109 kJ	26 kcal	0,4 g	0,1 g	3,8 g	0,5 g	1,7 g	1,1 g	0,3 BE
112 590	Hühnerfilet mit Saft	2000 g	10	20	-	424 kJ	101 kcal	3,2 g	0,4 g	1,3 g	0,3 g	16,6 g	0,6 g	0,1 BE
212 590	Hühnerfilet mit Saft	400 g	2	4	-	424 kJ	101 kcal	3,2 g	0,4 g	1,3 g	0,3 g	16,6 g	0,6 g	0,1 BE
114 330	Hühnerfleisch Süß-Sauer	2000 g	12	15	-	382 kJ	90 kcal	1,3 g	0,2 g	12,7 g	10,9 g	6,4 g	1,7 g	1,0 BE
214 330	Hühnerfleisch Süß-Sauer	400 g	3	3	-	382 kJ	90 kcal	1,3 g	0,2 g	12,7 g	10,9 g	6,4 g	1,7 g	1,0 BE
215 265	Hühnergeschnetzeltes	400 g	-	-	4	404 kJ	97 kcal	5,0 g	1,8 g	4,3 g	1,0 g	8,3 g	0,7 g	0,4 BE
115 260	Hühnergeschnetzeltes in Kräuterrahmsauce	2000 g	12	15	-	381 kJ	91 kcal	4,5 g	1,8 g	4,1 g	0,8 g	8,2 g	1,0 g	0,3 BE
215 260	Hühnergeschnetzeltes in Kräuterrahmsauce	400 g	3	3	-	381 kJ	91 kcal	4,5 g	1,8 g	4,1 g	0,8 g	8,2 g	1,0 g	0,3 BE
115 265	Hühnergeschnetzeltes in Kräuterrahmsauce	2000 g	-	-	22	404 kJ	97 kcal	5,0 g	1,8 g	4,3 g	1,0 g	8,3 g	0,7 g	0,4 BE
114 430	Hühnergeschnetzeltes nach Gärtnerinnen Art KR	2000 g	-	-	18	358 kJ	85 kcal	3,6 g	1,3 g	4,9 g	1,6 g	7,9 g	0,9 g	0,4 BE
214 430	Hühnergeschnetzeltes nach Gärtnerinnen Art KR	450 g	-	-	4	358 kJ	85 kcal	3,6 g	1,4 g	4,8 g	1,6 g	7,8 g	0,9 g	0,4 BE
112 950	Hühnerkeulen gegrillt	1344 g	8	12	-	661 kJ	158 kcal	8,2 g	2,4 g	0,1 g	0,1 g	20,9 g	1,8 g	0,0 BE
212 950	Hühnerkeulen gegrillt	336 g	2	3	-	661 kJ	158 kcal	8,2 g	2,4 g	0,1 g	0,1 g	20,9 g	1,8 g	0,0 BE
112 480	Hühnerruggets	890 g	7	10	16	817 kJ	194 kcal	6,4 g	0,8 g	13,0 g	0,1 g	20,6 g	1,2 g	1,1 BE
212 480	Hühnerruggets	240 g	2	3	4	817 kJ	194 kcal	6,4 g	0,8 g	13,0 g	0,1 g	20,6 g	1,2 g	1,1 BE
115 030	Hühnerrahmgulasch	2000 g	11	15	22	339 kJ	81 kcal	3,3 g	0,8 g	4,3 g	1,2 g	8,3 g	0,8 g	0,3 BE
215 030	Hühnerrahmgulasch	660 g	3	5	7	341 kJ	81 kcal	3,3 g	0,8 g	4,3 g	1,2 g	8,3 g	0,8 g	0,4 BE
112 640	Jasminreis	1800 g	11	17	19	643 kJ	152 kcal	2,4 g	0,2 g	29,5 g	0,1 g	2,8 g	0,5 g	2,5 BE
92032	Joghurt 3,6%, BIO	500 g	3	4	5	285 kJ	68 kcal	3,6 g	2,3 g	4,3 g	4,3 g	4,0 g	0,1 g	0,4 BE
115 740	Joghurt-Kräutersauce	1000 g	12	14	15	752 kJ	182 kcal	16,6 g	8,4 g	4,4 g	3,4 g	3,2 g	0,9 g	0,4 BE
215 250	Joghurt-Topfencreme	400 g	3	4	4	440 kJ	104 kcal	2,3 g	1,4 g	13,9 g	13,9 g	6,3 g	0,1 g	1,2 BE
115 250	Joghurt-Topfencreme	1500 g	12	14	14	440 kJ	104 kcal	2,3 g	1,4 g	13,9 g	13,9 g	6,3 g	0,1 g	1,2 BE
92725	Johannisbeersaft, BIO	1000 g	2	2	3	231 kJ	54 kcal	0,1 g	0,1 g	12,6 g	12,6 g	0,3 g	0,0 g	1,0 BE
92034	Kabanossi	150 g	3	3	-	1.825 kJ	440 kcal	38,0 g	14,0 g	0,3 g	0,3 g	24,0 g	2,1 g	0,0 BE
115 890	Kaisergemüse	1130 g	12	16	28	193 kJ	46 kcal	1,7 g	1,0 g	3,7 g	3,4 g	2,4 g	0,5 g	0,0 BE
215 890	Kaisergemüse	300 g	3	4	7	221 kJ	53 kcal	2,3 g	1,4 g	3,9 g	3,5 g	2,5 g	0,6 g	0,0 BE
112 660	Kaiserschmarren, BIO	1500 g	7	10	12	1.033 kJ	246 kcal	8,4 g	2,1 g	33,2 g	9,7 g	8,3 g	0,7 g	2,8 BE
110 880	Kaiserspätzle, BIO	1200 g	8	12	14	673 kJ	160 kcal	4,1 g	0,5 g	25,3 g	0,2 g	4,8 g	1,1 g	2,1 BE
93390	Kakaozucker	1000 g	25	40	50	1.607 kJ	380 kcal	2,8 g	1,7 g	80,5 g	78,0 g	4,7 g	0,3 g	6,7 BE
110 280	Karfiol natur	1300 g	14	18	32	187 kJ	45 kcal	2,2 g	1,2 g	2,3 g	2,0 g	2,5 g	0,6 g	0,0 BE
210 280	Karfiol natur	300 g	3	4	7	217 kJ	52 kcal	3,0 g	1,7 g	2,2 g	1,9 g	2,5 g	0,6 g	0,0 BE
114 240	Karfiolcremesuppe	1900 g	13	15	16	121 kJ	29 kcal	1,1 g	0,6 g	3,3 g	0,7 g	1,0 g	1,0 g	0,3 BE
215 090	Karfiol-Käsemedaillons	300 g	2	3	3	902 kJ	216 kcal	9,7 g	3,0 g	20,6 g	2,3 g	8,9 g	1,6 g	1,6 BE
115 090	Karfiol-Käsemedaillons	1200 g	8	12	12	902 kJ	216 kcal	9,7 g	3,0 g	20,6 g	2,3 g	8,9 g	1,6 g	1,6 BE
115 330	Karfiolröschen gebacken	1000 g	6	8	10	666 kJ	160 kcal	8,6 g	1,0 g	13,4 g	2,4 g	5,2 g	1,4 g	1,1 BE
215 330	Karfiolröschen gebacken	300 g	2	2	3	666 kJ	160 kcal	8,6 g	1,0 g	13,4 g	2,4 g	5,2 g	1,4 g	1,1 BE
212 680	Karotten mit Erbsen natur, BIO	300 g	3	4	7	282 kJ	67 kcal	1,7 g	1,0 g	8,3 g	5,0 g	2,6 g	0,7 g	0,0 BE
112 680	Karotten mit Erbsen natur, BIO	1290 g	14	18	31	283 kJ	68 kcal	2,2 g	1,3 g	7,6 g	4,2 g	2,5 g	0,6 g	0,0 BE
112 740	Karotten natur, BIO	1050 g	12	15	26	235 kJ	56 kcal	2,5 g	1,6 g	6,2 g	5,8 g	0,8 g	0,6 g	0,0 BE
212 740	Karotten natur, BIO	300 g	3	4	7	224 kJ	54 kcal	1,9 g	1,2 g	6,6 g	6,2 g	0,8 g	0,6 g	0,0 BE
112 720	Karottencremesuppe	1900 g	13	15	16	100 kJ	24 kcal	0,4 g	0,2 g	3,9 g	2,0 g	0,5 g	1,1 g	0,2 BE
911 0039	Karottenkuchen, BIO	2100 g	30	40	40	1.577 kJ	376 kcal	17,0 g	2,3 g	50,0 g	28,5 g	5,0 g	1,2 g	4,1 BE
921 0039	Karottenkuchen, BIO	1050 g	15	20	20	1.577 kJ	376 kcal	17,0 g	2,3 g	50,0 g	28,5 g	5,0 g	1,2 g	4,1 BE
115 910	Karottensalat	900 g	22	26	34	274 kJ	66 kcal	3,2 g	0,3 g	7,6 g	7,5 g	0,4 g	1,1 g	0,4 BE
116 420	Kartoffel-Nudelaufguss mit Faschiertem	2000 g	9	13	15	561 kJ	134 kcal	5,3 g	2,0 g	14,0 g	0,8 g	6,8 g	1,4 g	1,2 BE
216 420	Kartoffel-Nudelaufguss mit Faschiertem	450 g	2	3	4	556 kJ	132 kcal	5,2 g	1,9 g	14,1 g	0,8 g	6,7 g	1,4 g	1,2 BE
113 800	Käsegnocchi	2000 g	8	12	-	813 kJ	194 kcal	7,9 g	4,0 g	23,8 g	1,7 g	6,0 g	1,2 g	2,0 BE
213 800	Käsegnocchi	600 g	3	4	-	817 kJ	195 kcal	8,1 g	4,1 g	23,6 g	1,7 g	6,1 g	1,2 g	2,0 BE
212 770	Käsespätzle	450 g	2	3	-	809 kJ	193 kcal	7,9 g	3,9 g	21,9 g	0,4 g	7,9 g	0,9 g	1,8 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
112 770	Käsespätzle vegetarisch	1800 g	8	12	-	823 kJ	196 kcal	7,9 g	3,9 g	22,4 g	0,4 g	8,1 g	0,9 g	1,9 BE
116 390	Kichererbseneintopf vegetarisch	2000 g	11	15	22	261 kJ	62 kcal	1,8 g	0,2 g	7,9 g	3,0 g	2,3 g	1,2 g	0,2 BE
216 390	Kichererbseneintopf vegetarisch	370 g	2	3	4	261 kJ	62 kcal	1,8 g	0,2 g	7,9 g	3,0 g	2,3 g	1,2 g	0,2 BE
116 110	Klare Hühnerbouillon	1800 g	15	17	19	42 kJ	10 kcal	0,5 g	0,1 g	0,3 g	0,3 g	1,1 g	1,1 g	0,0 BE
115 960	Knusperfisch	750 g	10	10	-	698 kJ	166 kcal	7,3 g	0,9 g	11,8 g	0,6 g	12,9 g	0,6 g	1,0 BE
215 960	Knusperfisch	150 g	2	2	-	698 kJ	166 kcal	7,3 g	0,9 g	11,8 g	0,6 g	12,9 g	0,6 g	1,0 BE
92268	Kräutergervais	125 g	4	4	8	1.269 kJ	307 kcal	28,5 g	18,2 g	3,4 g	3,3 g	8,7 g	0,9 g	0,3 BE
215 430	Kräutertropfteig	500 g	15	17	18	703 kJ	167 kcal	4,3 g	1,2 g	22,2 g	0,6 g	9,1 g	1,3 g	1,9 BE
115 680	Kürbiscremesuppe	1900 g	13	15	16	283 kJ	68 kcal	5,8 g	3,6 g	3,3 g	0,6 g	0,4 g	0,7 g	0,1 BE
115 690	Kürbislaibchen	720 g	6	8	12	789 kJ	189 kcal	8,9 g	1,1 g	21,7 g	3,0 g	3,8 g	1,3 g	1,6 BE
215 690	Kürbislaibchen	240 g	2	2	4	789 kJ	189 kcal	8,9 g	1,1 g	21,7 g	3,0 g	3,8 g	1,3 g	1,6 BE
115 710	Kürbisrahmgemüse	1800 g	14	17	18	204 kJ	49 kcal	1,5 g	0,9 g	6,3 g	3,1 g	1,3 g	1,1 g	0,5 BE
215 710	Kürbisrahmgemüse	400 g	3	4	4	211 kJ	50 kcal	1,7 g	0,9 g	6,4 g	3,1 g	1,4 g	1,2 g	0,5 BE
116 090	Kürbisravioli in Frischkäsesauce	2000 g	7	10	12	664 kJ	159 kcal	10,0 g	5,4 g	12,5 g	3,5 g	4,0 g	1,1 g	1,0 BE
216 090	Kürbisravioli in Frischkäsesauce	580 g	2	3	4	664 kJ	159 kcal	9,8 g	5,4 g	12,7 g	3,4 g	4,0 g	1,1 g	1,1 BE
116 310	Lachswürfel in Rahmsauce	1950 g	11	16	19	496 kJ	118 kcal	5,4 g	2,8 g	9,0 g	2,3 g	8,2 g	0,9 g	0,7 BE
216 310	Lachswürfel in Rahmsauce	400 g	3	3	4	503 kJ	120 kcal	5,4 g	2,7 g	8,5 g	2,2 g	9,2 g	0,8 g	0,7 BE
111 690	Lasagne	2000 g	7	10	12	550 kJ	131 kcal	5,1 g	2,5 g	13,1 g	2,5 g	7,6 g	1,0 g	1,1 BE
211 690	Lasagne	550 g	2	2	3	558 kJ	133 kcal	5,2 g	2,7 g	13,5 g	2,5 g	7,5 g	1,0 g	1,1 BE
111 700	Lauchcremesuppe	1900 g	13	15	16	203 kJ	49 kcal	3,4 g	2,0 g	3,3 g	0,8 g	0,9 g	1,1 g	0,3 BE
111 720	Leberkäse	2000 g	17	26	33	959 kJ	231 kcal	19,1 g	7,6 g	5,3 g	4,2 g	9,4 g	1,5 g	0,4 BE
211 720	Leberkäse	1000 g	8	13	16	959 kJ	231 kcal	19,1 g	7,6 g	5,3 g	4,2 g	9,4 g	1,5 g	0,4 BE
110 380	Leberknödelsuppe	1900 g	13	15	16	334 kJ	80 kcal	4,7 g	1,6 g	5,7 g	0,8 g	3,4 g	1,1 g	0,4 BE
210 380	Leberknödelsuppe	410 g	2	2	3	297 kJ	71 kcal	4,2 g	1,4 g	5,0 g	0,7 g	3,1 g	1,1 g	0,4 BE
116 030	Lebkuchenpudding	2000 g	13	16	18	431 kJ	102 kcal	3,0 g	2,0 g	15,5 g	11,8 g	2,9 g	0,1 g	1,3 BE
216 030	Lebkuchenpudding	500 g	3	4	5	431 kJ	102 kcal	3,0 g	2,0 g	15,5 g	11,8 g	2,9 g	0,1 g	1,3 BE
97346	Leibniz Butterkeks	150 g	6	6	6	1.832 kJ	435 kcal	12,0 g	7,8 g	72,0 g	21,0 g	8,4 g	1,3 g	6,0 BE
111 780	Linsen vegetarisch	2000 g	11	14	18	448 kJ	107 kcal	2,9 g	1,1 g	12,9 g	1,1 g	5,8 g	1,1 g	0,3 BE
211 780	Linsen vegetarisch	600 g	4	4	6	448 kJ	107 kcal	2,9 g	1,1 g	12,9 g	1,1 g	5,8 g	1,1 g	0,3 BE
111 710	Linsensuppe	1900 g	13	15	16	222 kJ	53 kcal	0,3 g	0,0 g	8,1 g	0,9 g	3,2 g	1,0 g	0,0 BE
111 820	Luzerner Hühnergeschnetzeltes	2000 g	12	15	-	318 kJ	76 kcal	3,0 g	0,9 g	3,3 g	0,6 g	8,6 g	0,8 g	0,3 BE
211 820	Luzerner Hühnergeschnetzeltes	400 g	3	3	-	344 kJ	82 kcal	3,0 g	0,9 g	3,1 g	0,5 g	10,2 g	0,7 g	0,3 BE
116 130	Mais mit Paprika, BIO	1310 g	14	18	32	535 kJ	127 kcal	3,7 g	1,7 g	17,5 g	4,5 g	3,7 g	0,6 g	1,4 BE
116 210	Maiscremesuppe	1900 g	13	15	16	274 kJ	66 kcal	3,2 g	1,2 g	7,0 g	1,3 g	1,4 g	1,1 g	0,6 BE
111 850	Makkaroniauflauf	2000 g	7	10	12	679 kJ	162 kcal	6,3 g	3,6 g	20,6 g	2,7 g	5,1 g	1,2 g	1,7 BE
211 850	Makkaroniauflauf	600 g	2	3	4	679 kJ	162 kcal	6,3 g	3,6 g	20,6 g	2,7 g	5,1 g	1,2 g	1,7 BE
116 240	Mandarinenkompott	2000 g	14	17	21	288 kJ	68 kcal	0,2 g	0,0 g	15,3 g	15,3 g	0,4 g	0,0 g	1,3 BE
216 240	Mandarinenkompott	500 g	3	4	5	288 kJ	68 kcal	0,2 g	0,0 g	15,3 g	15,3 g	0,4 g	0,0 g	1,3 BE
113 740	Marillenfruchtknödel gebrösel	1560 g	6	8	12	832 kJ	197 kcal	3,0 g	1,5 g	34,0 g	17,0 g	7,4 g	0,6 g	2,8 BE
93511	Marillenmarmelade	450 g	16	25	30	955 kJ	225 kcal	0,1 g	0,0 g	54,9 g	54,5 g	0,5 g	0,0 g	4,6 BE
111 870	Marillenmus	2000 g	14	17	21	328 kJ	77 kcal	0,1 g	0,0 g	17,7 g	13,9 g	0,5 g	0,0 g	1,5 BE
211 870	Marillenmus	500 g	3	4	5	328 kJ	77 kcal	0,1 g	0,0 g	17,7 g	13,9 g	0,5 g	0,0 g	1,5 BE
211 860	Marillenpalatschinken, BIO	400 g	2	2	4	832 kJ	198 kcal	7,2 g	2,1 g	26,7 g	2,8 g	5,9 g	0,3 g	2,2 BE
111 860	Marillenpalatschinken, BIO	1200 g	6	8	12	832 kJ	198 kcal	7,2 g	2,1 g	26,7 g	2,8 g	5,9 g	0,3 g	2,2 BE
92232	Marillensaft, BIO	1000 g	2	2	3	232 kJ	55 kcal	0,1 g	0,1 g	12,6 g	12,4 g	0,5 g	0,0 g	1,0 BE
115 780	Mediterrane Gemüsepfanne	2000 g	16	19	20	308 kJ	74 kcal	4,9 g	0,6 g	4,9 g	3,0 g	1,4 g	0,7 g	0,1 BE
215 780	Mediterrane Gemüsepfanne	400 g	3	4	4	308 kJ	74 kcal	4,9 g	0,6 g	4,9 g	3,0 g	1,4 g	0,7 g	0,1 BE
92093	Milch, BIO	1000 g	5	8	10	268 kJ	64 kcal	3,5 g	2,1 g	4,7 g	4,7 g	3,3 g	0,1 g	0,4 BE
111 890	Milchrahmstrudel, BIO	1000 g	6	10	10	880 kJ	209 kcal	7,0 g	3,6 g	28,0 g	12,2 g	7,9 g	0,4 g	2,3 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
111 900	Milchreis	2000 g	6	9	10	504 kJ	119 kcal	2,8 g	1,9 g	19,8 g	10,5 g	3,5 g	0,2 g	1,7 BE
115 395	Mini-Penne	1400 g	6	9	11	699 kJ	165 kcal	1,9 g	0,7 g	30,4 g	0,1 g	5,9 g	0,7 g	2,5 BE
210 555	Mohn abgemischt	400 g	10	10	-	1.899 kJ	453 kcal	16,9 g	1,9 g	61,6 g	59,9 g	9,5 g	0,0 g	5,1 BE
115 830	Mostviertler Apfelschmarren, BIO	1400 g	5	7	10	762 kJ	181 kcal	6,2 g	2,3 g	26,3 g	12,2 g	4,3 g	0,4 g	2,2 BE
114 590	Muschelnudeln, BIO	1750 g	8	11	14	713 kJ	169 kcal	1,6 g	0,2 g	31,7 g	0,2 g	5,6 g	1,1 g	2,6 BE
92048	Müsliriegel	25 g	1	1	1	1.848 kJ	440 kcal	14,9 g	10,2 g	68,7 g	34,1 g	5,7 g	0,5 g	5,7 BE
92048	Müsliriegel	25 g	1	1	1	1.848 kJ	440 kcal	14,9 g	10,2 g	68,7 g	34,1 g	5,7 g	0,5 g	5,7 BE
116 480	Neptun Sauce	2000 g	16	18	-	231 kJ	55 kcal	1,4 g	0,2 g	5,0 g	2,6 g	4,8 g	1,1 g	0,2 BE
216 480	Neptun-Sauce	375 g	3	3	-	231 kJ	55 kcal	1,4 g	0,2 g	5,0 g	2,6 g	4,8 g	1,1 g	0,2 BE
111 990	Nockerl, BIO	1600 g	10	13	16	724 kJ	171 kcal	3,1 g	0,6 g	29,6 g	0,3 g	5,5 g	1,0 g	2,5 BE
215 190	Nutellapalatschinken	360 g	2	2	-	1.079 kJ	258 kcal	13,9 g	3,8 g	25,8 g	14,7 g	6,6 g	1,0 g	2,2 BE
115 190	Nutellapalatschinken	1080 g	6	8	-	1.096 kJ	262 kcal	13,7 g	3,1 g	27,8 g	13,8 g	6,3 g	0,9 g	2,3 BE
114 930	Omelette natur	540 g	12	12	12	545 kJ	131 kcal	9,2 g	2,7 g	2,6 g	0,8 g	9,4 g	0,8 g	0,2 BE
214 930	Omelette natur	180 g	4	4	4	545 kJ	131 kcal	9,2 g	2,7 g	2,6 g	0,8 g	9,4 g	0,8 g	0,2 BE
116 730	Palatschinken lose, BIO	1040 g	8	8	16	838 kJ	200 kcal	9,4 g	2,2 g	21,2 g	2,1 g	7,1 g	0,3 g	1,8 BE
216 730	Palatschinken lose, BIO	260 g	2	2	4	838 kJ	200 kcal	9,4 g	2,2 g	21,2 g	2,1 g	7,1 g	0,3 g	1,8 BE
216 100	Palatschinken mit Paradeis-Mais-Fülle	440 g	2	4	4	715 kJ	171 kcal	8,2 g	2,9 g	16,3 g	3,2 g	7,2 g	1,4 g	1,3 BE
116 100	Palatschinken mit Paradeis-Mais-Fülle	1120 g	5	10	10	729 kJ	174 kcal	8,5 g	3,2 g	16,0 g	3,1 g	7,6 g	1,5 g	1,3 BE
110 960	Panierte Piratenbeute	420 g	4	6	6	1.351 kJ	324 kcal	19,4 g	2,1 g	20,8 g	0,5 g	16,1 g	1,2 g	1,7 BE
210 960	Panierte Piratenbeute	140 g	2	2	2	1.351 kJ	324 kcal	19,4 g	2,1 g	20,8 g	0,5 g	16,1 g	1,2 g	1,7 BE
116 700	Paprika-Käsesauce für Spätzlepfanne	800 g	10	15	-	437 kJ	105 kcal	7,5 g	4,0 g	4,7 g	1,4 g	3,4 g	1,2 g	0,3 BE
216 700	Paprika-Käsesauce für Spätzlepfanne	400 g	5	7	-	437 kJ	105 kcal	7,5 g	4,0 g	4,7 g	1,4 g	3,4 g	1,2 g	0,4 BE
113 070	Paprika-Rahmsauce	2000 g	13	18	20	380 kJ	91 kcal	6,7 g	2,2 g	6,1 g	1,8 g	1,2 g	0,9 g	0,4 BE
213 070	Paprika-Rahmsauce	380 g	3	4	4	379 kJ	91 kcal	6,7 g	2,2 g	6,0 g	1,5 g	1,2 g	0,9 g	0,4 BE
115 370	Paradeisragout	2000 g	16	18	20	160 kJ	38 kcal	0,2 g	0,0 g	6,9 g	5,6 g	1,0 g	0,8 g	0,3 BE
215 370	Paradeisragout	400 g	3	4	4	160 kJ	38 kcal	0,2 g	0,0 g	6,9 g	5,6 g	1,0 g	0,8 g	0,3 BE
115 730	Paradeissauce	2000 g	13	16	18	228 kJ	54 kcal	1,4 g	0,9 g	9,3 g	6,0 g	0,6 g	1,3 g	0,8 BE
115 850	Paradeissuppe	1900 g	13	15	16	199 kJ	47 kcal	0,7 g	0,1 g	9,2 g	7,0 g	0,7 g	1,1 g	0,8 BE
113 120	Pastinakensuppe	1900 g	13	15	16	180 kJ	43 kcal	2,2 g	1,3 g	4,8 g	0,6 g	0,7 g	1,0 g	0,3 BE
116 610	Penne, BIO	1250 g	5	8	10	822 kJ	195 kcal	2,6 g	0,4 g	35,5 g	0,1 g	6,0 g	0,8 g	3,0 BE
216 610	Penne, BIO	460 g	2	3	4	822 kJ	195 kcal	2,6 g	0,4 g	35,5 g	0,1 g	6,0 g	0,8 g	3,0 BE
113 980	Pfirsichkaltchale	2000 g	14	17	21	233 kJ	55 kcal	0,1 g	0,0 g	12,4 g	10,7 g	0,5 g	0,0 g	1,0 BE
213 980	Pfirsichkaltchale	500 g	3	4	5	232 kJ	55 kcal	0,1 g	0,0 g	12,4 g	10,6 g	0,5 g	0,0 g	1,0 BE
113 180	Pfirsichkompott	2000 g	14	17	21	233 kJ	55 kcal	0,1 g	0,0 g	12,6 g	12,3 g	0,4 g	0,0 g	1,1 BE
213 180	Pfirsichkompott	500 g	3	4	5	228 kJ	54 kcal	0,1 g	0,0 g	12,2 g	11,8 g	0,5 g	0,0 g	1,0 BE
113 190	Pfirsichmus	2000 g	14	17	20	244 kJ	58 kcal	0,1 g	0,0 g	13,3 g	11,3 g	0,4 g	0,0 g	1,1 BE
213 190	Pfirsichmus	500 g	3	4	5	244 kJ	58 kcal	0,1 g	0,0 g	13,3 g	11,3 g	0,4 g	0,0 g	1,1 BE
114 490	Pizza Cardinale, BIO	1200 g	8	10	-	828 kJ	197 kcal	5,4 g	2,7 g	25,2 g	3,3 g	11,1 g	1,2 g	2,1 BE
114 500	Pizza Margaritha, BIO	1200 g	8	10	-	860 kJ	204 kcal	5,8 g	2,9 g	27,1 g	3,6 g	9,9 g	1,3 g	2,3 BE
980 002	Pizza Margaritha, BIO	1200 g	4	8	8	860 kJ	204 kcal	5,8 g	2,9 g	27,1 g	3,6 g	9,9 g	1,3 g	2,3 BE
113 250	Polentaschnitte	2000 g	9	13	16	614 kJ	147 kcal	7,2 g	2,7 g	17,7 g	0,3 g	2,0 g	1,0 g	1,5 BE
213 250	Polentaschnitte	500 g	2	3	4	614 kJ	147 kcal	7,2 g	2,7 g	17,7 g	0,3 g	2,0 g	1,0 g	1,5 BE
113 240	Polentataler	720 g	6	8	12	854 kJ	204 kcal	10,5 g	2,9 g	23,6 g	0,5 g	2,9 g	1,2 g	2,0 BE
213 240	Polentataler	240 g	2	2	4	854 kJ	204 kcal	10,5 g	2,9 g	23,6 g	0,5 g	2,9 g	1,2 g	2,0 BE
113 290	Polpetti gemischt in Paradeissauce	2000 g	8	16	16	664 kJ	159 kcal	7,7 g	2,5 g	12,1 g	5,5 g	9,7 g	1,1 g	1,0 BE
213 290	Polpetti gemischt in Paradeissauce	500 g	2	4	4	614 kJ	147 kcal	6,9 g	2,2 g	11,9 g	5,9 g	8,7 g	1,1 g	1,0 BE
113 220	Polpetti gemischt mit Saft	2050 g	10	20	20	689 kJ	165 kcal	9,6 g	3,1 g	8,2 g	0,5 g	11,1 g	1,4 g	0,7 BE
213 220	Polpetti gemischt mit Saft	410 g	2	4	4	689 kJ	165 kcal	9,6 g	3,1 g	8,2 g	0,5 g	11,1 g	1,4 g	0,7 BE
113 270	Polpetti vom Rind in Paradeissauce	2000 g	8	16	16	607 kJ	145 kcal	6,4 g	2,1 g	11,0 g	5,5 g	10,2 g	1,2 g	0,9 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
213 270	Polpetti vom Rind in Paradeissauce	500 g	2	4	4	563 kJ	134 kcal	5,7 g	1,9 g	10,9 g	5,9 g	9,2 g	1,1 g	0,9 BE
113 230	Polpetti vom Rind in Saft	2050 g	10	20	20	620 kJ	148 kcal	8,1 g	2,6 g	6,9 g	0,5 g	11,7 g	1,5 g	0,6 BE
213 230	Polpetti vom Rind in Saft	410 g	2	4	4	620 kJ	148 kcal	8,1 g	2,6 g	6,9 g	0,5 g	11,7 g	1,5 g	0,6 BE
115 400	Potatoe Wedges	1440 g	8	12	-	597 kJ	142 kcal	3,5 g	0,4 g	23,5 g	0,5 g	2,5 g	0,0 g	2,0 BE
215 400	Potatoe Wedges	250 g	2	2	-	597 kJ	142 kcal	3,5 g	0,4 g	23,5 g	0,5 g	2,5 g	0,0 g	2,0 BE
216 450	Putemgyros	350 g	3	4	-	476 kJ	113 kcal	3,1 g	0,6 g	2,4 g	1,4 g	18,5 g	2,0 g	0,1 BE
113 280	Putenbratwürstel	930 g	8	13	-	740 kJ	178 kcal	13,4 g	3,5 g	0,5 g	0,2 g	13,8 g	2,1 g	0,0 BE
213 280	Putenbratwürstel	240 g	2	3	-	719 kJ	173 kcal	13,0 g	3,4 g	0,6 g	0,2 g	13,4 g	2,1 g	0,0 BE
113 890	Puten-Carbonarasauce	2000 g	13	19	-	467 kJ	112 kcal	7,3 g	4,4 g	6,4 g	3,8 g	4,9 g	1,4 g	0,5 BE
213 890	Puten-Carbonarasauce	375 g	2	3	-	468 kJ	112 kcal	7,3 g	4,4 g	6,5 g	3,8 g	4,9 g	1,4 g	0,5 BE
113 900	Puten-Carbonarasauce KR	800 g	-	-	9	480 kJ	115 kcal	7,7 g	4,6 g	6,4 g	3,8 g	4,9 g	1,2 g	0,5 BE
115 860	Putencevapcici mit Saft	1470 g	8	12	-	535 kJ	128 kcal	7,1 g	1,5 g	3,8 g	0,7 g	12,0 g	1,4 g	0,3 BE
215 860	Putencevapcici mit Saft	370 g	2	3	-	532 kJ	127 kcal	7,1 g	1,5 g	3,8 g	0,7 g	11,9 g	1,4 g	0,3 BE
92061	Putenfrankfurter hautlos	1000 g	10	20	20	779 kJ	187 kcal	14,0 g	3,8 g	0,0 g	0,0 g	15,0 g	2,2 g	0,0 BE
116 450	Putengyros	1250 g	11	15	-	476 kJ	113 kcal	3,1 g	0,6 g	2,4 g	1,4 g	18,5 g	2,0 g	0,1 BE
92198	Putenkabanossi	200 g	3	3	-	1.291 kJ	310 kcal	22,0 g	7,3 g	0,0 g	0,0 g	28,0 g	4,0 g	0,0 BE
113 320	Putenleberkäse	2000 g	17	26	32	775 kJ	186 kcal	14,0 g	3,6 g	0,1 g	0,1 g	15,0 g	1,4 g	0,0 BE
213 320	Putenleberkäse	1000 g	8	13	16	775 kJ	186 kcal	14,0 g	3,6 g	0,1 g	0,1 g	15,0 g	1,4 g	0,0 BE
113 340	Putenleberkäsemedaillons gebacken	700 g	7	9	14	1.261 kJ	303 kcal	20,9 g	5,4 g	15,9 g	0,4 g	12,3 g	1,9 g	1,3 BE
213 340	Putenleberkäsemedaillons gebacken	300 g	3	4	6	1.261 kJ	303 kcal	20,9 g	5,4 g	15,9 g	0,4 g	12,3 g	1,9 g	1,3 BE
92314	Putenschwarze geschnitten	500 g	20	20	-	788 kJ	189 kcal	13,0 g	4,3 g	0,0 g	0,0 g	18,0 g	2,6 g	0,0 BE
113 380	Putenwurstgulasch KR	800 g	-	-	9	460 kJ	111 kcal	7,4 g	1,8 g	3,5 g	1,5 g	7,2 g	0,9 g	0,2 BE
113 390	Putenwurstknödel	900 g	5	10	-	719 kJ	171 kcal	5,4 g	0,4 g	22,1 g	0,6 g	7,7 g	0,8 g	1,9 BE
115 610	Rahmfisolen	2000 g	12	14	18	273 kJ	65 kcal	3,0 g	1,7 g	6,1 g	1,6 g	2,2 g	1,0 g	0,3 BE
215 610	Rahmfisolen	340 g	2	2	3	275 kJ	66 kcal	3,1 g	1,8 g	6,1 g	1,5 g	2,1 g	1,1 g	0,3 BE
116 250	Rahmsuppe	1900 g	13	15	16	180 kJ	43 kcal	2,0 g	1,2 g	4,5 g	1,7 g	1,4 g	1,2 g	0,4 BE
114 760	Ravioli in Käsesauce	2000 g	7	10	12	533 kJ	127 kcal	5,6 g	3,1 g	14,1 g	1,6 g	4,3 g	1,2 g	1,2 BE
214 760	Ravioli in Käsesauce	550 g	2	3	3	536 kJ	128 kcal	5,6 g	3,1 g	14,4 g	1,6 g	4,3 g	1,2 g	1,2 BE
212 990	Reibteig	500 g	15	17	18	717 kJ	170 kcal	5,3 g	0,9 g	25,1 g	0,1 g	4,7 g	0,5 g	2,1 BE
110 150	Reis Beilage, BIO	1800 g	11	17	19	499 kJ	118 kcal	1,4 g	0,5 g	23,9 g	0,1 g	2,1 g	0,8 g	2,0 BE
210 150	Reis Beilage, BIO	500 g	3	5	6	501 kJ	119 kcal	1,6 g	0,5 g	23,7 g	0,1 g	2,1 g	0,7 g	2,0 BE
113 480	Reis für Risotto	1800 g	14	20	24	520 kJ	123 kcal	1,5 g	0,2 g	24,8 g	0,1 g	2,1 g	0,8 g	2,1 BE
213 480	Reis für Risotto	400 g	3	5	6	507 kJ	120 kcal	1,7 g	0,2 g	23,8 g	0,1 g	2,1 g	0,7 g	2,0 BE
110 160	Reis Hauptspeise, BIO	1800 g	8	14	16	499 kJ	118 kcal	1,4 g	0,5 g	23,9 g	0,1 g	2,1 g	0,8 g	2,0 BE
210 160	Reis Hauptspeise, BIO	500 g	2	4	4	501 kJ	119 kcal	1,6 g	0,5 g	23,7 g	0,1 g	2,1 g	0,7 g	2,0 BE
116 520	Reis HS	1800 g	8	14	16	540 kJ	127 kcal	1,3 g	0,4 g	26,5 g	0,1 g	2,2 g	0,8 g	2,2 BE
216 520	Reis HS	500 g	2	4	4	567 kJ	134 kcal	1,5 g	0,5 g	27,6 g	0,1 g	2,3 g	0,7 g	2,3 BE
114 870	Reisauflauf	2000 g	9	12	15	813 kJ	193 kcal	4,5 g	2,2 g	32,4 g	15,1 g	5,2 g	0,3 g	2,7 BE
114 180	Reisbällchen	390 g	15	15	15	961 kJ	228 kcal	6,3 g	0,8 g	37,1 g	0,7 g	4,7 g	1,2 g	3,1 BE
115 270	Reisbällchen	390 g	4	6	6	961 kJ	228 kcal	6,3 g	0,8 g	37,1 g	0,7 g	4,7 g	1,2 g	3,1 BE
114 290	Reisblumen	1200 g	10	13	13	1.202 kJ	287 kcal	12,1 g	3,7 g	32,2 g	1,8 g	11,0 g	1,7 g	2,6 BE
214 290	Reisblumen	240 g	2	2	2	1.202 kJ	287 kcal	12,1 g	3,7 g	32,2 g	1,8 g	11,0 g	1,7 g	2,6 BE
116 312	Reisfleisch	1800 g	7	9	-	630 kJ	151 kcal	7,9 g	2,2 g	12,8 g	1,2 g	6,8 g	0,8 g	1,0 BE
116 313	Reisfleisch KR	1800 g	-	-	11	630 kJ	151 kcal	7,9 g	2,2 g	12,8 g	1,2 g	6,8 g	0,8 g	1,0 BE
215 820	Ricottabällchen	456 g	4	5	6	811 kJ	193 kcal	7,8 g	1,8 g	24,3 g	1,1 g	5,1 g	1,5 g	2,0 BE
115 820	Ricottabällchen	1140 g	10	12	15	811 kJ	193 kcal	7,8 g	1,8 g	24,3 g	1,1 g	5,1 g	1,5 g	2,0 BE
110 740	Rindfleischhaschee für Hörnchen KR	800 g	-	-	11	289 kJ	69 kcal	3,6 g	1,3 g	4,3 g	0,9 g	4,6 g	0,9 g	0,3 BE
110 770	Rindfleischpalatschinke, BIO	1100 g	5	10	10	788 kJ	188 kcal	9,6 g	3,0 g	15,4 g	1,7 g	9,6 g	0,9 g	1,3 BE
210 770	Rindfleischpalatschinken, BIO	220 g	1	2	2	789 kJ	189 kcal	9,6 g	3,0 g	15,4 g	1,7 g	9,7 g	0,9 g	1,3 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
113 510	Rindsgulasch	2000 g	12	15	-	397 kJ	95 kcal	4,8 g	1,1 g	4,6 g	1,5 g	7,9 g	1,3 g	0,3 BE
113 520	Rindsschnitzel in Saft	2000 g	10	20	-	417 kJ	99 kcal	3,9 g	1,2 g	3,3 g	0,4 g	12,8 g	0,9 g	0,3 BE
213 520	Rindsschnitzel in Saft	400 g	2	4	-	417 kJ	99 kcal	3,9 g	1,2 g	3,3 g	0,4 g	12,8 g	0,9 g	0,3 BE
111 330	Rindssugo Bolognese	2000 g	16	18	22	321 kJ	77 kcal	3,1 g	1,4 g	6,0 g	4,7 g	5,4 g	1,1 g	0,4 BE
113 530	Rindsuppe	1800 g	15	17	19	27 kJ	6 kcal	0,1 g	0,0 g	0,9 g	0,7 g	0,2 g	0,9 g	0,0 BE
113 560	Risipisi	1800 g	11	17	19	531 kJ	126 kcal	2,4 g	0,3 g	22,3 g	0,3 g	2,9 g	1,0 g	1,7 BE
116 640	Rollgersteherzen	900 g	9	12	12	923 kJ	219 kcal	5,1 g	1,0 g	34,1 g	2,7 g	6,6 g	1,2 g	2,8 BE
216 640	Rollgersteherzen	200 g	2	3	3	923 kJ	219 kcal	5,1 g	1,0 g	34,1 g	2,7 g	6,6 g	1,2 g	2,8 BE
113 570	Röstinchen	840 g	-	-	12	735 kJ	175 kcal	6,0 g	2,4 g	26,1 g	1,0 g	2,3 g	1,3 g	2,2 BE
111 240	Rote Rübensuppe	1900 g	13	15	16	275 kJ	66 kcal	4,2 g	2,2 g	5,6 g	2,0 g	1,1 g	1,2 g	0,3 BE
92065	Roter Rübensalat	670 g	16	19	25	138 kJ	33 kcal	0,1 g	0,0 g	4,8 g	4,4 g	1,1 g	0,8 g	0,4 BE
111 250	Rotkraut	2000 g	15	19	21	226 kJ	54 kcal	1,2 g	0,1 g	8,5 g	7,2 g	1,0 g	1,0 g	0,5 BE
116 314	Saftiges Reisfleisch vom Huhn	1800 g	7	9	10	489 kJ	116 kcal	4,1 g	0,4 g	14,1 g	1,5 g	5,3 g	1,2 g	1,1 BE
216 314	Saftiges Reisfleisch vom Huhn KR	400 g	1	2	2	495 kJ	118 kcal	2,9 g	0,3 g	17,4 g	1,0 g	5,1 g	0,9 g	1,4 BE
111 000	Saftiges Rindsgeschnetzeltes	2000 g	12	15	18	329 kJ	78 kcal	2,7 g	0,8 g	5,3 g	0,7 g	8,0 g	1,3 g	0,4 BE
211 000	Saftiges Rindsgeschnetzeltes	400 g	3	3	4	329 kJ	78 kcal	2,7 g	0,8 g	5,3 g	0,7 g	8,0 g	1,3 g	0,4 BE
97043	Salz jodiert	500 g	70	100	120	0 kJ	0 kcal	0,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 g	39,3 g	0,0 BE
110 170	Salzerdäpfel (Viertler), BIO	2100 g	10	14	16	213 kJ	50 kcal	0,0 g	0,0 g	10,4 g	0,5 g	1,3 g	0,8 g	0,9 BE
113 850	Sauce Carbonara	2000 g	15	19	-	467 kJ	112 kcal	7,2 g	4,4 g	6,3 g	3,9 g	5,2 g	1,3 g	0,5 BE
213 850	Sauce Carbonara	375 g	2	3	-	467 kJ	112 kcal	7,2 g	4,4 g	6,3 g	4,0 g	5,1 g	1,3 g	0,5 BE
115 930	Sauce Florentine	2000 g	20	25	33	402 kJ	96 kcal	6,0 g	3,8 g	6,8 g	4,3 g	3,4 g	1,4 g	0,5 BE
215 930	Sauce Florentine	400 g	4	5	7	402 kJ	96 kcal	6,0 g	3,8 g	6,8 g	4,3 g	3,4 g	1,4 g	0,6 BE
92096	Sauce Tartare	1200 g	30	30	35	1.956 kJ	475 kcal	50,0 g	4,0 g	5,0 g	0,0 g	1,2 g	1,7 g	0,4 BE
116 670	Sauerkraut, BIO	2000 g	15	19	-	191 kJ	46 kcal	2,9 g	0,3 g	2,2 g	0,6 g	1,1 g	1,0 g	0,1 BE
216 670	Sauerkraut, BIO	270 g	2	3	-	191 kJ	46 kcal	2,9 g	0,3 g	2,2 g	0,6 g	1,1 g	1,0 g	0,1 BE
114 120	Scheiterhaufen	2000 g	10	14	15	812 kJ	192 kcal	3,8 g	1,7 g	33,3 g	20,0 g	5,1 g	0,2 g	2,8 BE
116 710	Schinken-Käsepalatschinken	1040 g	4	8	8	1.204 kJ	288 kcal	16,0 g	3,5 g	25,0 g	2,2 g	10,2 g	1,5 g	2,1 BE
216 710	Schinken-Käsepalatschinken	260 g	1	2	2	1.204 kJ	288 kcal	16,0 g	3,5 g	25,0 g	2,2 g	10,2 g	1,5 g	2,1 BE
114 721	Schlemmerfischfilet mit Kräuterkruste	780 g	6	6	12	1.183 kJ	284 kcal	18,1 g	4,2 g	13,7 g	1,8 g	16,2 g	1,7 g	1,1 BE
214 721	Schlemmerfischfilet mit Kräuterkruste	260 g	2	2	4	1.183 kJ	284 kcal	18,1 g	4,2 g	13,7 g	1,8 g	16,2 g	1,7 g	1,1 BE
211 060	Schnittlauchsauc	400 g	9	13	16	1.237 kJ	300 kcal	30,5 g	14,6 g	4,0 g	1,6 g	1,9 g	1,4 g	0,3 BE
111 080	Schokopudding	2000 g	13	16	18	463 kJ	110 kcal	3,6 g	2,2 g	15,7 g	12,3 g	3,3 g	0,1 g	1,3 BE
211 080	Schokopudding	500 g	3	4	5	456 kJ	108 kcal	3,5 g	2,2 g	15,5 g	12,2 g	3,2 g	0,1 g	1,3 BE
92119	Schokosauce	500 g	16	16	20	1.072 kJ	253 kcal	1,9 g	1,2 g	53,7 g	52,0 g	3,0 g	0,1 g	4,5 BE
115 350	Schweinsgeschnetzeltes	2000 g	12	15	18	665 kJ	160 kcal	11,8 g	5,7 g	3,7 g	1,1 g	9,5 g	1,0 g	0,3 BE
215 350	Schweinsgeschnetzeltes	490 g	3	4	4	666 kJ	160 kcal	11,8 g	5,7 g	3,7 g	1,1 g	9,5 g	1,0 g	0,3 BE
114 440	Schweinsrahmgulasch	2000 g	12	15	-	482 kJ	116 kcal	7,5 g	1,7 g	4,2 g	1,4 g	7,5 g	1,5 g	0,3 BE
113 690	Schweinschnitzel in Saft	2000 g	10	20	-	455 kJ	109 kcal	5,2 g	1,3 g	2,1 g	0,4 g	13,2 g	1,2 g	0,2 BE
213 690	Schweinschnitzel in Saft	400 g	2	4	-	463 kJ	111 kcal	5,3 g	1,3 g	2,4 g	0,6 g	13,3 g	1,1 g	0,2 BE
111 260	Seehechtnuggets im Backteig	1000 g	9	12	14	691 kJ	164 kcal	5,6 g	0,6 g	16,2 g	1,9 g	11,8 g	1,2 g	1,4 BE
211 260	Seehechtnuggets im Backteig	200 g	2	2	3	691 kJ	164 kcal	5,6 g	0,6 g	16,2 g	1,9 g	11,8 g	1,2 g	1,4 BE
116 300	Seelachs Müllerin Art	1200 g	12	12	24	687 kJ	164 kcal	6,5 g	2,7 g	9,7 g	0,2 g	16,4 g	1,8 g	0,8 BE
216 300	Seelachs Müllerin Art	300 g	3	3	6	687 kJ	164 kcal	6,5 g	2,7 g	9,7 g	0,2 g	16,4 g	1,8 g	0,8 BE
92727	Selleriesalat	720 g	13	16	22	72 kJ	17 kcal	0,0 g	0,0 g	1,1 g	0,8 g	1,1 g	0,9 g	0,1 BE
111 140	Semmelknödel	1030 g	9	12	18	650 kJ	154 kcal	3,7 g	0,6 g	24,0 g	0,5 g	5,4 g	1,3 g	2,0 BE
111 160	Serviettenknödel	1900 g	13	20	-	707 kJ	168 kcal	6,3 g	2,9 g	20,9 g	2,6 g	6,3 g	1,0 g	1,7 BE
111 180	Serviettenknödel KR	1000 g	-	-	15	707 kJ	168 kcal	6,3 g	2,9 g	20,9 g	2,6 g	6,3 g	1,0 g	1,7 BE
115 760	Sojabolognese	2000 g	16	18	-	109 kJ	26 kcal	0,1 g	0,0 g	3,2 g	2,1 g	2,3 g	1,4 g	0,2 BE
215 760	Sojabolognese	450 g	4	4	-	109 kJ	26 kcal	0,1 g	0,0 g	3,2 g	2,1 g	2,3 g	1,4 g	0,2 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
213 610	Sojabolognese KR	300 g	-	3	3	143 kJ	34 kcal	0,1 g	0,0 g	4,8 g	3,4 g	2,6 g	0,5 g	0,3 BE
93411	Sonnenblumenöl	900 g	30	40	60	3.404 kJ	828 kcal	92,0 g	10,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 BE
93411	Sonnenblumenöl	900 g	30	40	60	3.404 kJ	828 kcal	92,0 g	10,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 g	0,0 BE
115 290	Sonnengemüse	1400 g	15	20	35	217 kJ	52 kcal	1,9 g	1,2 g	6,3 g	6,0 g	0,8 g	0,5 g	0,0 BE
215 290	Sonnengemüse	300 g	3	4	7	236 kJ	57 kcal	2,2 g	1,4 g	6,6 g	6,3 g	0,9 g	0,6 g	0,0 BE
113 960	Spaghetti kurz, BIO	1400 g	-	9	11	654 kJ	155 kcal	2,0 g	0,2 g	28,1 g	0,2 g	5,0 g	0,8 g	2,3 BE
213 960	Spaghetti kurz, BIO	500 g	-	3	4	654 kJ	155 kcal	2,0 g	0,2 g	28,1 g	0,2 g	5,0 g	0,8 g	2,3 BE
111 220	Spaghetti, BIO	1400 g	6	9	-	709 kJ	168 kcal	1,9 g	0,3 g	31,2 g	0,0 g	5,3 g	0,7 g	2,6 BE
116 740	Spätzle Hauptspeise, BIO	1200 g	7	10	-	672 kJ	160 kcal	4,1 g	0,8 g	25,0 g	0,1 g	5,1 g	0,5 g	2,1 BE
113 470	Spinatravioli in Paradeissauce	2000 g	7	10	10	426 kJ	101 kcal	2,1 g	0,3 g	17,6 g	6,2 g	2,2 g	1,4 g	1,5 BE
213 470	Spinatravioli in Paradeissauce	570 g	2	3	3	425 kJ	101 kcal	2,1 g	0,3 g	17,6 g	6,2 g	2,2 g	1,4 g	1,5 BE
111 270	Spinatspätzle	1200 g	8	12	13	797 kJ	189 kcal	5,6 g	0,6 g	28,0 g	0,4 g	5,3 g	2,0 g	2,3 BE
113 660	Spiralen, BIO	1550 g	7	10	15	711 kJ	168 kcal	1,7 g	0,2 g	31,7 g	0,2 g	5,4 g	0,8 g	2,6 BE
213 660	Spiralen, BIO	470 g	2	3	5	711 kJ	168 kcal	1,7 g	0,2 g	31,7 g	0,2 g	5,4 g	0,8 g	2,6 BE
92121	Sport-Mix ohne Kraut	1000 g	15	25	25	77 kJ	18 kcal	0,2 g	0,0 g	2,3 g	2,2 g	1,0 g	0,0 g	0,2 BE
97237	Staubzucker	500 g	35	50	60	1.700 kJ	400 kcal	0,0 g	0,0 g	100,0 g	100,0 g	0,0 g	0,0 g	8,3 BE
211 300	Sternchen, BIO	500 g	15	17	18	744 kJ	176 kcal	3,6 g	0,5 g	29,9 g	0,0 g	5,1 g	0,6 g	2,5 BE
113 940	Stroganoffpfanne	2000 g	12	15	-	562 kJ	135 kcal	7,9 g	3,1 g	4,4 g	1,3 g	11,2 g	1,3 g	0,4 BE
213 940	Stroganoffpfanne	400 g	3	3	-	562 kJ	135 kcal	7,9 g	3,1 g	4,4 g	1,3 g	11,2 g	1,3 g	0,4 BE
115 720	Sugo Bolognese gemischt	2000 g	16	18	-	305 kJ	73 kcal	2,8 g	1,2 g	5,9 g	4,6 g	5,2 g	1,1 g	0,4 BE
215 720	Sugo Bolognese gemischt	450 g	4	4	-	305 kJ	73 kcal	2,8 g	1,2 g	5,9 g	4,6 g	5,2 g	1,1 g	0,4 BE
211 330	Sugo Bolognese vom Rind	450 g	4	4	5	321 kJ	77 kcal	3,1 g	1,4 g	6,0 g	4,7 g	5,4 g	1,1 g	0,4 BE
114 620	Sugo Bolonese gemischt KR	800 g	-	-	9	346 kJ	83 kcal	4,2 g	1,2 g	5,8 g	2,6 g	4,9 g	0,9 g	0,4 BE
211 340	Suppenudeln, BIO	500 g	15	17	18	624 kJ	148 kcal	3,5 g	0,4 g	24,2 g	0,0 g	4,1 g	0,6 g	2,0 BE
116 470	Süßer Buchweizenauflauf	2000 g	8	12	15	660 kJ	157 kcal	4,4 g	1,9 g	21,4 g	9,6 g	7,5 g	0,3 g	1,8 BE
216 470	Süßer Buchweizenauflauf	500 g	2	3	4	660 kJ	157 kcal	4,4 g	1,9 g	21,4 g	9,6 g	7,5 g	0,3 g	1,8 BE
116 720	Tandoori-Huhn	2000 g	12	16	-	385 kJ	92 kcal	3,6 g	0,5 g	5,7 g	2,8 g	8,9 g	1,5 g	0,4 BE
216 720	Tandoori-Huhn	340 g	2	3	-	390 kJ	93 kcal	3,5 g	0,5 g	5,6 g	2,8 g	9,3 g	1,5 g	0,4 BE
111 370	Teigmuscheln KR, BIO	750 g	-	-	6	588 kJ	139 kcal	1,6 g	0,2 g	25,6 g	0,2 g	4,5 g	0,6 g	2,1 BE
116 170	Teigmuscheln, BIO	500 g	15	17	18	588 kJ	139 kcal	1,6 g	0,2 g	25,6 g	0,2 g	4,5 g	0,6 g	2,1 BE
116 050	Tofu Stroganoff	2000 g	12	15	-	319 kJ	76 kcal	3,7 g	1,4 g	5,2 g	1,9 g	4,2 g	1,1 g	0,4 BE
216 050	Tofu Stroganoff	400 g	3	3	-	319 kJ	76 kcal	3,7 g	1,4 g	5,2 g	1,9 g	4,2 g	1,1 g	0,4 BE
92078	Tomaten ganz	1000 g	7	10	12	84 kJ	20 kcal	0,2 g	0,0 g	2,6 g	2,5 g	0,9 g	0,0 g	0,2 BE
92095	Tomaten ganz, BIO	1000 g	7	10	12	84 kJ	20 kcal	0,2 g	0,0 g	2,6 g	2,5 g	0,9 g	0,0 g	0,2 BE
92072	Topfen, BIO	250 g	5	5	6	423 kJ	101 kcal	4,4 g	2,7 g	3,7 g	3,7 g	11,0 g	0,1 g	0,3 BE
111 410	Topfenauflauf	2000 g	8	12	15	661 kJ	157 kcal	4,2 g	2,2 g	19,6 g	12,4 g	9,6 g	0,1 g	1,6 BE
211 410	Topfenauflauf	500 g	2	3	4	661 kJ	157 kcal	4,2 g	2,2 g	19,6 g	12,4 g	9,6 g	0,1 g	1,6 BE
114 840	Topfen-Erdbeerknödel mit Butterbröseln	2000 g	6	10	14	972 kJ	231 kcal	6,7 g	2,3 g	36,2 g	10,4 g	5,1 g	0,4 g	3,0 BE
214 840	Topfen-Erdbeerknödel mit Butterbröseln	540 g	2	3	4	850 kJ	201 kcal	4,4 g	1,6 g	34,1 g	10,1 g	4,9 g	0,3 g	2,8 BE
115 880	Topfenknödel gebrösel, BIO	960 g	6	8	12	1.009 kJ	240 kcal	8,3 g	1,4 g	32,9 g	12,9 g	7,7 g	0,3 g	2,7 BE
215 880	Topfenknödel gebrösel, BIO	480 g	3	4	6	1.009 kJ	240 kcal	8,3 g	1,4 g	32,9 g	12,9 g	7,7 g	0,3 g	2,7 BE
110 180	Topfenockerl, BIO	1050 g	6	8	10	883 kJ	210 kcal	5,7 g	2,9 g	29,0 g	18,0 g	10,0 g	0,4 g	2,4 BE
210 180	Topfenockerl, BIO	300 g	2	2	3	883 kJ	210 kcal	5,7 g	2,9 g	29,0 g	18,0 g	10,0 g	0,4 g	2,4 BE
111 430	Topfenpalatschinke, BIO	1760 g	8	16	16	736 kJ	175 kcal	6,6 g	1,7 g	19,7 g	17,0 g	7,7 g	0,2 g	1,6 BE
111 440	Topfenschmarren, BIO	1400 g	8	11	12	1.276 kJ	305 kcal	14,4 g	2,8 g	33,3 g	16,1 g	9,9 g	0,7 g	2,8 BE
211 440	Topfenschmarren, BIO	420 g	3	4	4	1.276 kJ	305 kcal	14,4 g	2,8 g	33,3 g	16,3 g	9,9 g	0,7 g	2,8 BE
92316	Traungold geschnitten	150 g	4	4	8	1.443 kJ	347 kcal	26,0 g	17,0 g	0,0 g	0,0 g	28,0 g	1,0 g	0,0 BE
115 660	Treccine	1500 g	7	10	14	782 kJ	185 kcal	3,5 g	1,0 g	31,6 g	0,2 g	6,0 g	0,5 g	2,6 BE
114 940	Überbackene Rindsburger	1040 g	8	16	-	912 kJ	218 kcal	11,6 g	5,4 g	8,5 g	0,9 g	19,4 g	1,6 g	0,7 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	Teiler			Nährwerte je 100g								
			HO	KG	KR	kJ	kcal	Fett	davon gesättigte FS	Kohlenhydrate	davon Zucker	Eiweiß	Salz	BE
214 940	Überbackene Rindsburger	520 g	4	8	-	912 kJ	218 kcal	11,6 g	5,4 g	8,5 g	0,9 g	19,4 g	1,6 g	0,7 BE
92257	Vanillejoghurt 400 g, BIO	400 g	3	4	4	398 kJ	94 kcal	2,9 g	2,0 g	13,1 g	13,1 g	3,4 g	0,2 g	1,1 BE
111 490	Vanillepudding	2000 g	13	16	18	430 kJ	102 kcal	3,0 g	2,0 g	15,8 g	12,5 g	2,8 g	0,1 g	1,3 BE
211 490	Vanillepudding	500 g	3	4	5	432 kJ	103 kcal	3,0 g	2,0 g	15,8 g	12,5 g	2,8 g	0,1 g	1,3 BE
111 510	Vanillesauce	2000 g	13	16	18	456 kJ	108 kcal	3,1 g	2,1 g	17,0 g	12,7 g	2,9 g	0,1 g	1,4 BE
211 510	Vanillesauce	500 g	3	4	5	456 kJ	108 kcal	3,1 g	2,1 g	17,0 g	12,7 g	2,9 g	0,1 g	1,4 BE
110 290	Vollkorncouscous	1300 g	10	14	16	519 kJ	123 kcal	1,1 g	0,2 g	21,3 g	1,0 g	5,8 g	1,2 g	1,8 BE
216 370	Vollkornfrittaten	250 g	8	8	12	992 kJ	237 kcal	13,4 g	2,2 g	25,0 g	1,9 g	3,8 g	1,1 g	2,1 BE
114 750	Vollkorn-Krautfleckerl	1800 g	7	10	12	648 kJ	153 kcal	1,6 g	0,3 g	27,5 g	4,0 g	5,4 g	1,7 g	2,1 BE
214 750	Vollkorn-Krautfleckerl	500 g	2	3	4	648 kJ	153 kcal	1,6 g	0,3 g	27,5 g	4,0 g	5,4 g	1,7 g	2,1 BE
116 330	Vollkorn-Putenschinkenfleckerl überbacken	2000 g	9	12	14	686 kJ	164 kcal	7,2 g	3,9 g	15,8 g	2,5 g	8,1 g	1,4 g	1,3 BE
216 330	Vollkorn-Putenschinkenfleckerl überbacken	440 g	2	3	3	690 kJ	165 kcal	7,3 g	4,0 g	15,8 g	2,5 g	8,2 g	1,4 g	1,3 BE
115 420	Vollkornschinkenfleckerl	1600 g	7	10	12	858 kJ	204 kcal	6,6 g	3,5 g	24,7 g	0,9 g	10,3 g	1,1 g	2,0 BE
215 420	Vollkornschinkenfleckerl	350 g	1	2	3	858 kJ	204 kcal	6,6 g	3,5 g	24,7 g	0,9 g	10,3 g	1,1 g	2,0 BE
116 650	Vollkornspaghetti	1250 g	5	8	10	782 kJ	185 kcal	2,1 g	0,4 g	32,6 g	0,9 g	6,3 g	1,0 g	2,7 BE
216 650	Vollkornspaghetti	230 g	1	2	2	782 kJ	185 kcal	2,1 g	0,4 g	32,6 g	0,9 g	6,3 g	1,0 g	2,7 BE
111 960	Warmer Schoko-Nusskuchen	1200 g	13	18	24	1.340 kJ	321 kcal	19,0 g	6,8 g	30,0 g	19,0 g	6,4 g	0,5 g	2,5 BE
110 020	Weichsel-Holundermus	2000 g	14	17	20	436 kJ	103 kcal	0,2 g	0,1 g	23,4 g	21,0 g	0,9 g	0,0 g	1,9 BE
210 020	Weichsel-Holundermus	500 g	3	4	5	436 kJ	103 kcal	0,2 g	0,1 g	23,4 g	21,0 g	0,9 g	0,0 g	1,9 BE
111 540	Weichselsauce	1000 g	15	15	20	364 kJ	86 kcal	0,3 g	0,1 g	19,5 g	16,2 g	0,5 g	0,0 g	1,6 BE
111 550	Weißkraut gedünstet	2000 g	15	19	-	205 kJ	49 kcal	1,8 g	0,2 g	5,8 g	4,0 g	1,2 g	1,2 g	0,2 BE
92315	Wienerwurst geschnitten	100 g	4	4	6	1.319 kJ	319 kcal	28,0 g	12,0 g	0,5 g	0,5 g	16,0 g	0,6 g	0,0 BE
115 340	Wikingerbällchen	2000 g	10	12	16	611 kJ	147 kcal	9,4 g	5,2 g	7,3 g	1,3 g	7,9 g	1,2 g	0,6 BE
215 340	Wikingerbällchen	300 g	2	2	3	631 kJ	151 kcal	9,5 g	5,2 g	7,6 g	1,3 g	8,5 g	1,2 g	0,6 BE
116 320	Wildlachsballchen in Frischkäse-Kräuter-Sauce	2000 g	16	16	20	681 kJ	164 kcal	11,1 g	4,4 g	9,6 g	1,7 g	5,8 g	1,0 g	0,8 BE
216 320	Wildlachsballchen in Frischkäse-Kräuter-Sauce	300 g	2	2	3	681 kJ	164 kcal	11,1 g	4,4 g	9,6 g	1,7 g	5,8 g	1,0 g	0,8 BE
116 500	Wursthascheeknödel	1540 g	8	16	-	921 kJ	220 kcal	10,8 g	3,3 g	23,4 g	0,8 g	6,4 g	1,0 g	1,9 BE
216 500	Wursthascheeknödel	410 g	2	4	-	865 kJ	207 kcal	10,1 g	3,1 g	22,0 g	0,8 g	6,0 g	1,0 g	1,8 BE
111 630	Zartweizen	800 g	-	-	9	652 kJ	154 kcal	1,3 g	0,3 g	28,2 g	0,6 g	4,8 g	0,7 g	2,3 BE
116 690	Zartweizen-Fischpfanne	1500 g	6	9	10	399 kJ	95 kcal	1,9 g	0,3 g	11,6 g	1,7 g	6,3 g	1,0 g	0,8 BE
216 690	Zartweizen-Fischpfanne	500 g	2	3	3	399 kJ	95 kcal	1,9 g	0,3 g	11,6 g	1,7 g	6,3 g	1,0 g	0,8 BE
116 440	Zartweizenrisotto	1780 g	7	10	12	705 kJ	169 kcal	9,1 g	5,3 g	15,0 g	2,1 g	5,0 g	0,9 g	1,3 BE
216 440	Zartweizenrisotto	510 g	2	3	4	705 kJ	169 kcal	9,1 g	5,3 g	15,0 g	2,1 g	5,0 g	0,9 g	1,3 BE
111 660	Zwetschkenfruchtknödel gebrösel	1560 g	6	8	12	872 kJ	206 kcal	3,1 g	0,8 g	37,7 g	12,9 g	5,6 g	0,3 g	3,1 BE
111 670	Zwetschkenkompott	2000 g	14	17	21	226 kJ	53 kcal	0,1 g	0,0 g	11,8 g	11,8 g	0,3 g	0,0 g	1,0 BE
211 670	Zwetschkenkompott	500 g	3	4	5	226 kJ	53 kcal	0,1 g	0,0 g	11,7 g	11,7 g	0,3 g	0,0 g	1,0 BE
911 0040	Zwetschkenkuchen, BIO	1700 g	30	40	40	1.497 kJ	358 kcal	19,8 g	2,7 g	38,3 g	23,2 g	5,3 g	0,9 g	3,2 BE
921 0040	Zwetschkenkuchen, BIO	850 g	15	20	20	1.497 kJ	358 kcal	19,8 g	2,7 g	38,3 g	23,2 g	5,3 g	0,9 g	3,2 BE
111 680	Zwetschkenmus	2000 g	14	17	21	279 kJ	66 kcal	0,1 g	0,0 g	14,7 g	13,7 g	0,3 g	0,0 g	1,2 BE
211 680	Zwetschkenmus	500 g	3	4	5	279 kJ	66 kcal	0,1 g	0,0 g	14,7 g	13,7 g	0,3 g	0,0 g	1,2 BE
115 240	Zwetschkenröster	2000 g	16	18	20	286 kJ	68 kcal	0,1 g	0,0 g	14,6 g	13,6 g	0,4 g	0,0 g	1,2 BE
215 240	Zwetschkenröster	400 g	3	4	4	286 kJ	68 kcal	0,1 g	0,0 g	14,6 g	13,6 g	0,4 g	0,0 g	1,2 BE

Alle in dieser Sortimentsliste enthaltenen Angaben wurden nach bestem Wissen und größtmöglicher Sorgfalt erstellt und entsprechen dem Stand bei Drucklegung. (siehe oben) Alle Nährwertangaben sind von unseren ErnährungswissenschaftlerInnen aus den Zutaten errechnete Werte, letztgültig sind jedoch die Angaben am Etikett. GMS GOURMET GmbH war und ist bestrebt, alle Daten und Informationen vollständig, aktuell und rechtmäßig zur Verfügung zu stellen. Trotzdem übernimmt GMS GOURMET GmbH keine Haftung für mangelnde Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Daten und Inhalte in dieser Sortimentsliste. Alle über die Zutaten in den Lebensmitteln enthaltenen Allergene sind am Etikett gemäß Kennzeichnungsrecht deklariert. Neben diesen gekennzeichneten Allergenen ist es trotz aller Sorgfalt nicht auszuschließen, dass sich Spuren anderer nicht gekennzeichnete allergieauslösender Stoffe in den Lebensmitteln befinden können.

Erklärung zu Broteinheiten: Für die Berechnung der Broteinheiten werden von GOURMET die Kohlenhydrate aus Gemüse, Hülsenfrüchten, Pilzen und Nüssen nicht berücksichtigt, da sich diese Lebensmittel nur gering auf den Blutzuckerspiegel auswirken. Des Weiteren können die Angaben zu den Broteinheiten pro 100g um bis zu 0,2 BE schwanken.