

Summer 1 FY19 Nährwerte / Nutritionnelles

Produkt Beschreibung	Portion Size	Product Suitable for		Energiewert (kJ)		Energiewert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigt		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Ballaststoffe (g)		Eiweiss (g)		Salzgehalt (g)	
	(g)	Vegetarisch	Vegan	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.
Nom du Produit	Portion Size	Compatible avec une alimentation :		Energie (kJ)		Energie (kcal)		Matières Grasses (g)		dont AG saturés (g)		Glucides (g)		dont Sucres (g)		Fibres (g)		Protéines (g)		Sel (g)	
	(g)	Végétarienne	Végétalienne	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente	Pour 100g	Par unité de vente
Pastries																					
Butter Croissant	53	Y	N	1319	699	315	167	17	9.2			34	18					5.3	2.8	1.01	0.54
Chocolate Twist	76	Y	N	1516	1152	362	275	16	12	10	7.3	47	36	21	16	3.0	2.3	5.7	4.3	0.73	0.55
Laugen Croissant	53	Y	N	1377	730	329	174	18	11	10	6.3	34	20	2.3	1.4	1.7	0.3	6.8	3.3	0.95	0.54
Cinnamon Roll	100	Y	N	1618	1618	386	386	16	16	10	10	54	54	22	22	2.1	2.1	6.2	6.2	0.50	0.50
Bread, Pancakes & Waffles																					
Banana Bread	100	Y	N	1591	1591	381	381	21	21	1.8	1.8	43	43	24	24	1.6	1.6	4.7	4.7	0.39	0.39
Belgian Waffle	115	Y	N	1862	2141	446	513	25	29	13	15	49	56	23	26	1.5	1.7	5.4	6.2	0.83	0.95
Bars & Brownies																					
Granola Bar	75	Y	N	1811	1358	434	326	23	18	8.5	6.4	43	32	26	20	9.1	6.8	8.0	6.0	0.30	0.23
Chocolate Brownie	70	Y	N	2010	1407	482	338	31	22	17	12	43	30	38	27	3.1	2.2	6.5	4.6	0.52	0.36
Rocky Road	70	N	N	1983	1388	475	333	29	20	17	12	48	34	39	27	3.1	2.2	4.7	3.3	0.41	0.29
Cookies & Cream Brownie	75	Y	N	2002	1501	480	360	31	23	16	12	44	33	39	29	2.5	1.9	6.2	4.7	0.50	0.38
Caramel Nut Slice	70	Y	N	2276	1593	547	383	38	27	11	7.9	41	29	29	20	3.2	2.2	8.9	6.2	0.50	0.35
Raspberry Crispy Stick	40	Y	N	1903	761	453	181	18	7.4	13	5.4	69	28	48	19	1.0	0.4	2.6	1.0	0.38	0.15
Chocolate Crispy Stick	40	Y	N	1913	765	456	182	21	8.3	13	5.1	63	25	47	19	2.7	1.1	4.4	1.8	0.39	0.16
Cookies																					
Chocolate Chunk Cookie	76	Y	N	1993	1515	476	362	24	18	15	11	58	44	33	25	3.0	2.3	5.9	4.5	0.10	0.08
Salted Caramel Cookie	83	Y	N	1837	1525	437	363	17	14	9.4	7.8	66	55	44	36	2.0	1.7	5.1	4.2	0.53	0.44
Oat & Raisin Cookie	76	Y	N	1765	1341	420	319	14	11	6.4	4.8	66	50	40	30	3.8	2.9	5.3	4.0	0.14	0.10
Triple Chocolate Cookie	80	Y	N	2013	1610	481	385	24	19	15.0	12.0	60	48	39	31	2.1	1.7	6.1	4.9	0.30	0.24
Muffins																					
Raspberry Cheesecake Muffin	122	Y	N	1509	1843	361	441	19	24	4.4	5.3	40	49	19	23	1.4	1.7	5.6	6.8	0.41	0.50
Blueberry Muffin	116	Y	N	1478	1714	353	409	17	19	2.7	3.1	45	53	20	23	1.1	1.3	5.0	5.8	0.33	0.38
Lemon Muffin	112	Y	N	1589	1780	379	424	18	20	2.9	3.2	50	56	26	29	0.6	0.7	5.1	5.7	0.35	0.39
Triple Chocolate Muffin	118	Y	N	1666	1966	398	470	21	25	6.2	7.3	45	54	25	30	1.8	2.1	5.8	6.8	0.35	0.41
Donuts																					
Chocolate Donut	55	Y	N	1941	1068	465	256	28	16	15	8.3	44	24	15	8.2	3.0	1.7	7.5	4.1	0.73	0.40
Vanilla Donut	76	Y	N	1680	1277	403	306	24	18	9.8	7.4	40	31	18	14	1.6	1.2	5.4	4.1	0.54	0.41
Apple Cinnamon Donut	115	Y	N	1720	1978	411	473	21	24	10	12	48	55	20	23	3.1	3.6	6.3	7.2	0.48	0.55
Loaf Cakes																					
Chocolate Truffle Loaf Cake	90	Y	N	1648	1483	394	355	22	20	6.3	5.7	42	37	33	30	3.1	2.8	5.8	5.2	0.60	0.54
Carrot Loaf Cake	90	Y	N	1500	1350	359	323	18	16	3.3	3.0	46	42	32	28	2.8	2.5	4.2	3.8	0.63	0.57
Lemon Loaf Cake	90	Y	N	1630	1467	391	352	24	21	9.8	8.8	40	36	26	24	1.2	1.1	4.8	4.3	0.60	0.54
Cakes																					
Vegan Chocolate & Raspberry Cake	70	Y	Y	1530	1071	365	256	15	11	4.5	3.2	54	38	25	18	2.2	1.5	2.2	1.5	0.64	0.45
Cookies & Cream Cake	147	Y	N	1793	2636	428	629	19	28	7.0	10.3	59	87	48	71	1.8	2.6	4.7	6.9	0.58	0.85
Cheesecakes																					
Raspberry Cheesecake	142	Y	N	1258	1786	301	427	18	26	11	16	29	42	20	28	0.6	0.9	4.5	6.4	0.40	0.57
New York Cheesecake	146	Y	N	1364	1991	327	477	20	29	12	18	31	46	22	32	0.4	0.6	5.0	7.3	0.50	0.73
Passion Fruit Cheesecake	142	Y	N	1230	1747	295	419	18	25	11	16	29	42	19	26	0.6	0.9	4.5	6.4	0.62	0.88
Fruit, Yoghurt, Sandwiches & Salads																					
SUPERFOOD MÜESLI	195	Y	N	1073	1931	257	463	14	26	7.6	14	25	45	19	35	3.8	6.8	5.4	10	0.10	0.20
BIRCHERMÜESLI	180	Y	N	556	1001	133	239	1.0	5.4			19	35	1.8	3.2	1.1	2.0	5.6	10		
VEGAN BERRY BIRCHER	180	Y	Y	931	1676	222	400	10	18	4.5	8.1	24	43	9.6	17	3.0	5.4	3.6	6.5	0.10	0.18
FRUIT SALAD	180	Y	Y	242	435	57	103	0.3	0.5	0.0	0.1	12	21	10	18	0.6	1.2	1.6	2.9	0.02	0.03
SALMON & CREAM CHEESE ROLL	200	N	N	913	1826	218	436	9.0	18	2.4	4.8	24	48	0.9	1.8	2.8	5.6	11	22	1.4	2.8
PASTRAMI & SLAW SANDWICH	200	N	N	912	1824	218	436	9.0	18	1.2	2.4	26	52	1.0	1.9	2.7	5.4	10	20	1.4	2.8
CROISSANT HAM & CHEESE	125	N	N	1522	1903	363	454	27	34	10	13	21	26	2.0	2.5	1.1	1.4	12	15	1.4	1.8
HAM & CHEESE CROISSANT	90	N	N	1537	1383	367	330	22	20	5.8	5.2	31	28	2.1	1.9	2.1	1.9	11	9.5	1.5	1.4
CHICKEN & PESTO GLUTEN FREE PANINI	238	N	N	963	2340	236	562	12	29	3.3	7.8	16	38	1.4	3.3	7.4	18	12	29	0.98	2.3
HICKORY SMOKED HAM & CHEESE TOASTIE	215	N	N	1097	2359	261	561	8.4	18	5.0	11	35	75	0.8	1.7	2.6	5.7	10	21	1.1	2.4
BBQ BEEF TOASTIE	200	N	N	1001	2052	238	488	8.0	16	4.6	9.4	30	62	2.9	5.9	2.2	4.5	9.0	18	1.1	2.2
FIVE CHEESE TOASTIE	185	Y	N	1155	2137	275	509	12	22	7.1	13	30	56	0.8	1.4	2.3	4.2	11	20	1.2	2.1
CHIPOTLE CHICKEN BAGUETTE	215	N	N	925	1989	220	473	8.4	18	2.9	6.2	25	53	1.7	3.6	1.5	3.2	11	23	1.0	2.2
OLIVE FOCACCIA WITH TOMATO & MOZZARELLA	200	Y	N	1224	2448	294	588	19	37	5.8	12	21	42	2.0	4.0	1.7	3.4	9.7	19	1.4	2.8
MOZZARELLA & GRILLED VEG FOCACCIA	206	Y	N	1060	2184	252	519	12	24	3.4	7.0	28	57	2.6	5.3	0.5	0.9	7.6	16	1.4	2.9
SESAME CREAM CHEESE BAGEL	125	Y	N	1336	1670	317	396	18	22	0.4	0.5	32	40	2.9	3.6	2.0	2.5	7.0	8.8	0.90	1.1
CROSSIANT ROLL - BACON, EGG & CHEESE	193	N	N	796	1532	191	368	7.0	14	0.5	1.0	25	47	0.6	1.2			5.2	10	0.10	0.20
TURKEY AND CREAM CHEESE BAGEL	200	N	N	992	1984	236	472	8.9	5.8	2.0	4.0	27	54	1.8	3.6	3.3	6.6	11	21	1.6	3.2
HOUSE CHICKEN SALAD	285	N	N	708	2018	170	485	12	33	1.3	3.7	11	31	2.2	6.3	1.5	4.3	4.7	13	1.0	2.9
ITALIAN PASTA SALAD WITH GRILLED VEGGIES	245	Y	N	578	1416	138	338	7.6	19	1.9	4.7	12	30	1.9	4.7	1.2	2.9	5.1	12	0.60	1.5
BALSAMIC DRESSING	60	Y	Y	1140	684	277	166	26	16	2.5	1.5	10	6.0	8.0	4.8	<0.5	<0.5	0.7	0.4	1.7	1.0