



GOURMET
KIDS

Kühlmenü

Nährwerte




- Weil Kinder Kinder sind -











Sortimentsliste Kühlmenü 2019 | Education





Stand: 22.08.2019





Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht	SF	VEG	LF	GOU	pro 100 g								
							kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
Hausgemachte Suppen															
311 0068	BIO-Rindsuppe	2160 g	SF		LF	GOU	64 kJ	15 kcal	0,8 g	0,3 g	0,8 g	0,7 g	1,1 g	1,0 g	0,0 BE
310 3035	Hühnerbouillon klar	2160 g	SF		LF	GOU	37 kJ	9 kcal	0,5 g	0,1 g	0,0 g	0,0 g	1,1 g	1,2 g	0,0 BE
310 3076	Hühnersuppentopf	2160 g	SF		LF	GOU	138 kJ	33 kcal	1,6 g	0,5 g	1,9 g	0,4 g	2,7 g	1,1 g	0,1 BE
310 3027	BIO-Gemüsebouillon	2160 g	SF	VEG	LF	GOU	46 kJ	11 kcal	0,2 g	0,0 g	1,4 g	1,4 g	0,4 g	1,3 g	0,0 BE
310 3026	Blümchensuppe	2160 g	SF	VEG	LF	GOU	101 kJ	24 kcal	0,3 g	0,1 g	3,8 g	1,3 g	0,9 g	1,0 g	0,2 BE
311 0477	Sterntalersuppe	2160 g	SF	VEG	LF	GOU	145 kJ	35 kcal	0,9 g	0,2 g	5,1 g	1,3 g	1,1 g	1,0 g	0,3 BE
310 3006	BIO-Grießsuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	166 kJ	40 kcal	2,5 g	0,8 g	3,6 g	0,6 g	0,6 g	1,1 g	0,3 BE
310 3003	BIO-Karottencremesuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	107 kJ	26 kcal	1,0 g	0,6 g	3,0 g	2,2 g	0,5 g	0,9 g	0,1 BE
310 3022	BIO-Tomatencremesuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	131 kJ	31 kcal	1,0 g	0,6 g	4,7 g	2,5 g	0,4 g	1,2 g	0,4 BE
310 3028	BIO-Broccolicremesuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	209 kJ	50 kcal	2,5 g	1,4 g	4,0 g	1,6 g	2,1 g	1,2 g	0,3 BE
310 3049	BIO-Erdäpfelrahmsuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	371 kJ	89 kcal	5,9 g	2,2 g	7,3 g	0,7 g	1,1 g	1,0 g	0,6 BE
310 3073	BIO-Erbsencremesuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	233 kJ	56 kcal	2,5 g	1,4 g	5,4 g	0,7 g	2,1 g	1,1 g	0,2 BE
311 0145	BIO-Gemüsecremesuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	198 kJ	48 kcal	2,9 g	1,0 g	3,8 g	1,5 g	0,8 g	1,1 g	0,2 BE
311 3077	BIO-Karfiolcremesuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	246 kJ	59 kcal	4,0 g	2,3 g	3,5 g	1,2 g	1,6 g	1,0 g	0,3 BE
310 3025	Gelbe Rübencremesuppe	2160 g	SF	VEG		GOU	298 kJ	72 kcal	5,0 g	2,6 g	5,3 g	2,2 g	0,9 g	1,1 g	0,4 BE
Suppeneinlagen															
311 0077	BIO-Frittaten kl	300 g	SF	VEG		GOU	723 kJ	172 kcal	7,6 g	1,8 g	18,8 g	1,4 g	6,6 g	0,8 g	1,6 BE
311 0339	VK-Frittaten	300 g	SF	VEG		GOU	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
310 3838	BIO-Buchstaben	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	642 kJ	152 kcal	1,3 g	0,2 g	29,1 g	0,2 g	4,9 g	0,0 g	2,4 BE
311 0241	BIO-Buchstaben	300 g	SF	VEG	LF	GOU	559 kJ	132 kcal	0,4 g	0,1 g	26,6 g	0,2 g	4,5 g	0,9 g	2,2 BE
310 3851	BIO-Sternchen	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	688 kJ	163 kcal	1,5 g	0,2 g	31,0 g	0,2 g	5,2 g	0,0 g	2,7 BE
311 0242	BIO-Sternchen	300 g	SF	VEG	LF	GOU	567 kJ	134 kcal	0,7 g	0,1 g	26,6 g	0,2 g	4,5 g	0,9 g	2,4 BE
311 0561	BIO-Suppennudeln	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	614 kJ	146 kcal	3,2 g	0,4 g	24,2 g	0,0 g	4,1 g	0,6 g	2,0 BE
311 0570	Finkennudeln	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	932 kJ	222 kcal	9,0 g	1,2 g	28,4 g	0,3 g	6,3 g	0,7 g	2,4 BE
311 0085	Reibteig	350 g	SF	VEG	LF	GOU	721 kJ	171 kcal	4,6 g	0,8 g	26,6 g	0,1 g	5,0 g	0,0 g	2,2 BE
311 0081	BIO-Fantasienuedeln kl	300 g	SF	VEG	LF	GOU	754 kJ	178 kcal	1,6 g	0,3 g	34,4 g	0,1 g	5,7 g	0,0 g	2,9 BE
311 0083	Grießsnockerl kl	330 g	SF	VEG	LF	GOU	1.005 kJ	241 kcal	15,0 g	5,3 g	19,0 g	0,1 g	6,8 g	1,1 g	1,6 BE
310 3439	BIO-Grießbällchen	780 g	SF	VEG	LF	GOU	1.084 kJ	259 kcal	11,9 g	1,8 g	30,3 g	1,1 g	6,7 g	1,5 g	2,5 BE
310 3861	Kräutertropfteig	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	699 kJ	166 kcal	4,3 g	1,2 g	22,0 g	0,6 g	9,1 g	1,3 g	1,8 BE
310 3804	Leberknödel gekocht	1350 g	SF		LF		592 kJ	140 kcal	2,8 g	1,1 g	16,1 g	0,7 g	12,6 g	1,3 g	1,3 BE
311 0086	Teigmuscheln kl	400 g	SF	VEG	LF	GOU	703 kJ	166 kcal	2,7 g	0,3 g	29,3 g	0,2 g	5,2 g	0,0 g	2,4 BE
Zartes vom Geflügel															
311 0116	BIO-Paprikahendragout	2100 g	SF				592 kJ	142 kcal	10,0 g	4,0 g	4,0 g	0,9 g	8,6 g	1,6 g	0,3 BE
310 3552	Paprikahendragout	2100 g	SF				577 kJ	138 kcal	9,0 g	4,0 g	5,0 g	1,3 g	9,1 g	1,5 g	0,3 BE
310 3550	H-geschnetztes, Kräuterrahmsc	2100 g	SF			GOU	462 kJ	110 kcal	5,3 g	2,5 g	4,9 g	1,6 g	10,4 g	1,0 g	0,4 BE
310 3356	Hühnerbruststücke, Kokos-Currysc	2100 g	SF		LF		814 kJ	196 kcal	13,5 g	11,1 g	6,7 g	4,1 g	11,0 g	1,0 g	0,6 BE
310 3599	Hühnergeschnetztes aus dem Wok	2100 g	SF		LF		289 kJ	68 kcal	0,9 g	0,1 g	7,2 g	3,7 g	7,1 g	1,7 g	0,5 BE
310 3543	Hühnerfiletstücke süß-sauer	2100 g	SF		LF		380 kJ	90 kcal	1,3 g	0,2 g	12,1 g	10,7 g	6,7 g	1,8 g	0,9 BE





Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht				kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
311 0231	Tandoori Huhn	2100 g	SF	LF		369 kJ	88 kcal	3,3 g	0,5 g	4,8 g	2,4 g	9,5 g	1,8 g	0,3 BE
311 0214	Einmachhuhn	2100 g	SF		GOU	340 kJ	81 kcal	3,0 g	1,3 g	3,4 g	1,5 g	9,5 g	1,0 g	0,3 BE
310 3514	Geflügelrisotto	1800 g	SF		GOU	528 kJ	125 kcal	3,6 g	0,9 g	16,1 g	1,6 g	6,5 g	1,2 g	1,2 BE
311 3990	Reisfleisch vom Huhn	2000 g	SF	LF	GOU	609 kJ	145 kcal	4,5 g	1,2 g	18,3 g	1,4 g	7,2 g	1,3 g	1,4 BE
310 3568	Truthahnmedaillons, Kräut.butt.sc	1860 g	SF			546 kJ	130 kcal	5,5 g	2,5 g	2,8 g	1,1 g	17,1 g	1,2 g	0,2 BE
310 3504	Putenmedaillons im Natursaft	1540 g	SF	LF		406 kJ	96 kcal	1,2 g	0,4 g	1,0 g	0,0 g	20,3 g	1,2 g	0,1 BE
310 3517	Gebr. Hühnerbrüstchen, Natursaft	1100 g	SF	LF		761 kJ	182 kcal	10,9 g	2,9 g	0,7 g	0,1 g	20,3 g	0,9 g	0,1 BE
310 3395	Backhendl	800 g	SF			1.144 kJ	274 kcal	15,5 g	4,6 g	15,3 g	0,2 g	17,7 g	0,6 g	1,3 BE
311 3538	Hühnerkeulen gegr.	1344 g	SF	LF		813 kJ	194 kcal	10,1 g	3,0 g	0,2 g	0,1 g	25,8 g	1,9 g	0,0 BE
311 0567	BIO-Chicken Wings	900 g	SF			1.047 kJ	251 kcal	16,8 g	4,7 g	2,8 g	1,8 g	22,1 g	1,4 g	0,2 BE
311 0107	Chicken Wings	900 g	SF	LF		1.073 kJ	258 kcal	17,0 g	4,7 g	5,2 g	4,2 g	20,8 g	2,5 g	0,4 BE
311 0605	Hühnerschnitzel geb.	1000 g	SF			890 kJ	211 kcal	4,9 g	1,0 g	16,6 g	0,4 g	24,5 g	1,4 g	1,4 BE
311 0318	Hühner-Cordon-bleu	1140 g	SF			875 kJ	209 kcal	9,0 g	4,0 g	8,4 g	0,2 g	23,0 g	1,9 g	0,7 BE
311 3544	Puten-Piccata	960 g	SF			773 kJ	184 kcal	7,7 g	1,3 g	4,7 g	0,4 g	23,9 g	0,8 g	0,4 BE
311 0552	Crispy Chicken	1000 g	SF			1.355 kJ	325 kcal	19,6 g	4,7 g	16,7 g	1,5 g	19,8 g	1,7 g	1,4 BE
311 3507	Hühnernuggets	980 g	SF	LF	GOU	865 kJ	206 kcal	8,5 g	1,0 g	11,3 g	0,1 g	20,5 g	1,2 g	0,9 BE
311 0525	Fleischbällchen vom Huhn	1000 g	SF	LF	GOU	638 kJ	152 kcal	5,3 g	1,4 g	9,9 g	1,2 g	15,7 g	1,3 g	0,8 BE
311 0563	Faschierte Laibchen v. Huhn	1800 g	SF		GOU	483 kJ	115 kcal	3,7 g	1,0 g	8,5 g	0,9 g	11,4 g	1,3 g	0,7 BE
311 0562	Cevapcici vom Huhn	1260 g	SF	LF	GOU	777 kJ	185 kcal	7,4 g	1,5 g	9,0 g	0,6 g	20,3 g	1,6 g	0,7 BE
311 3362	Hühnerkebabteller	1200 g	SF			620 kJ	148 kcal	7,9 g	2,5 g	0,7 g	0,5 g	18,0 g	1,7 g	0,1 BE
311 3595	Puten-Haschee-Knödel	1450 g	SF	LF	GOU	711 kJ	169 kcal	4,7 g	0,7 g	23,6 g	0,7 g	7,4 g	0,7 g	2,0 BE
311 3383	Putenbratwürstel	1360 g	SF			1.000 kJ	241 kcal	18,1 g	4,9 g	0,3 g	0,3 g	19,0 g	2,7 g	0,0 BE
311 3523	Putenknacker	1200 g	SF	LF		980 kJ	236 kcal	17,8 g	4,8 g	0,1 g	0,1 g	18,7 g	2,4 g	0,0 BE
311 3357	Putenleberkäse geb.	1120 g	SF			1.182 kJ	283 kcal	16,8 g	4,3 g	17,7 g	0,4 g	14,8 g	1,8 g	1,5 BE
Das Beste vom Rind														
310 3118	BIO-Rindsgulasch mild	2100 g	SF	LF	GOU	463 kJ	111 kcal	5,7 g	1,4 g	4,2 g	1,8 g	10,2 g	1,4 g	0,3 BE
310 3100	Rindsgulasch	2200 g	SF	LF		531 kJ	127 kcal	6,1 g	2,0 g	2,9 g	1,7 g	14,6 g	1,1 g	0,2 BE
311 0035	BIO-Rindergeschnetzeltes	2100 g	SF		GOU	308 kJ	74 kcal	3,5 g	1,5 g	4,2 g	1,6 g	5,5 g	1,5 g	0,2 BE
311 0121	Esterházy Geschnetzeltes	2100 g	SF		GOU	542 kJ	130 kcal	8,3 g	2,6 g	4,9 g	1,5 g	8,6 g	1,3 g	0,4 BE
310 3111	Rindsgeschnetzeltes Stroganoff	2100 g	SF		GOU	366 kJ	87 kcal	3,9 g	2,0 g	3,4 g	0,9 g	9,3 g	1,2 g	0,3 BE
311 3104	Rindfleisch gekocht	1520 g	SF	LF		377 kJ	90 kcal	3,3 g	1,5 g	0,3 g	0,2 g	14,7 g	0,8 g	0,0 BE
310 3128	Rindsroulade, Sauce	2000 g		LF		400 kJ	96 kcal	4,5 g	1,7 g	3,0 g	1,8 g	10,2 g	1,7 g	0,2 BE
310 3115	Wiener Zwiebelrostbraten	1880 g	SF	LF		534 kJ	128 kcal	9,5 g	3,3 g	3,9 g	1,5 g	6,5 g	2,1 g	0,3 BE
310 3430	BIO-Faschierter Braten	1680 g	SF	LF	GOU	573 kJ	137 kcal	6,5 g	2,8 g	6,1 g	0,8 g	13,1 g	1,2 g	0,5 BE
310 3107	Beefburger	1250 g	SF	LF		849 kJ	203 kcal	10,5 g	4,5 g	10,6 g	0,8 g	16,1 g	1,7 g	0,8 BE
310 3427	BIO-Rindfleisch-Bulgurlaibchen	960 g	SF	LF	GOU	1.059 kJ	254 kcal	15,2 g	5,2 g	11,6 g	0,9 g	17,1 g	1,3 g	0,9 BE
311 0448	Hirse-Zucchini-Rindfleischlaib.	880 g	SF	LF	GOU	1.435 kJ	344 kcal	22,5 g	5,3 g	18,3 g	1,2 g	16,5 g	1,6 g	1,5 BE
311 0333	Wikinger Bällchen	2160 g	SF		GOU	530 kJ	127 kcal	7,8 g	4,5 g	6,3 g	1,3 g	7,8 g	1,4 g	0,5 BE
310 3418	Frankfurter v. Rind	800 g	SF	LF		1.226 kJ	296 kcal	26,0 g	12,0 g	3,4 g	1,0 g	12,0 g	2,4 g	0,3 BE
310 3478	Würstchengulasch	2000 g	SF	LF		450 kJ	108 kcal	7,4 g	2,4 g	4,6 g	2,1 g	5,3 g	1,6 g	0,3 BE
311 0589	BIO-Erdäpfelgulasch, Frankfurter	2000 g	SF	LF		270 kJ	64 kcal	2,6 g	0,8 g	7,7 g	0,7 g	2,0 g	1,2 g	0,6 BE
311 0568	BIO-Rindfleischpala.Auflauf	1800 g	SF		GOU	682 kJ	163 kcal	10,2 g	4,8 g	9,0 g	1,8 g	8,4 g	1,2 g	0,7 BE





Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht					kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
311 0055	BIO-Kartoffel-Nudelaufl., Fasch.	2000 g	SF		LF	GOU	556 kJ	132 kcal	5,4 g	2,2 g	13,7 g	0,6 g	6,6 g	1,2 g	1,1 BE
311 0587	BIO-Chili con Carne	2000 g	SF				391 kJ	94 kcal	3,4 g	1,2 g	7,0 g	1,5 g	6,7 g	1,2 g	0,2 BE
Feines vom Kalb															
310 3304	Kalbsrahmgulasch	2100 g	SF			GOU	614 kJ	147 kcal	6,9 g	2,8 g	3,7 g	1,5 g	17,0 g	1,2 g	0,3 BE
310 3319	BIO-Kalbsbutterschnitzel	1710 g	SF		LF	GOU	590 kJ	141 kcal	8,2 g	2,1 g	5,8 g	0,8 g	10,6 g	1,4 g	0,4 BE
Köstliches vom Schwein															
310 3272	Schweinsrahmgulasch	2100 g				GOU	504 kJ	121 kcal	7,9 g	3,3 g	3,6 g	1,6 g	8,3 g	1,0 g	0,3 BE
310 3238	Schweinsgeschnetzeltes	2100 g				GOU	679 kJ	163 kcal	12,4 g	5,9 g	3,6 g	1,0 g	9,0 g	1,6 g	0,3 BE
311 0351	Schweinsbraten im Natursafterl	1560 g			LF		656 kJ	157 kcal	10,2 g	4,0 g	1,2 g	0,2 g	15,0 g	1,7 g	0,1 BE
310 3200	Kinderschnitzel	800 g					892 kJ	213 kcal	11,7 g	1,6 g	9,1 g	0,2 g	17,5 g	0,4 g	0,8 BE
310 3204	Pariser Schnitzel	800 g					628 kJ	150 kcal	6,4 g	1,5 g	5,9 g	0,6 g	16,9 g	1,1 g	0,5 BE
Spezialitäten vom Fisch															
310 3601	MSC-Lachswürfel, Rahmsc	1950 g	SF			GOU	566 kJ	136 kcal	8,0 g	4,0 g	6,1 g	4,3 g	9,5 g	1,0 g	0,5 BE
310 3644	MSC-Seelachswürfel, Tom.-Mozz.sc	2000 g	SF		LF	GOU	342 kJ	82 kcal	3,1 g	1,3 g	3,4 g	1,5 g	9,7 g	1,3 g	0,2 BE
311 0484	MSC-Alaska-Seelachs, Currysc.	1300 g	SF		LF		612 kJ	146 kcal	7,3 g	5,6 g	5,2 g	3,2 g	14,5 g	1,0 g	0,4 BE
311 0342	MSC-Seelachsfilet, Kräuterrahmsc	1700 g	SF			GOU	431 kJ	103 kcal	4,2 g	2,5 g	4,0 g	2,2 g	11,9 g	1,0 g	0,3 BE
310 3622	MSC-Hokifischfilet, Gemüserahmsc	1700 g	SF			GOU	439 kJ	105 kcal	5,5 g	2,7 g	3,2 g	0,8 g	10,4 g	0,9 g	0,2 BE
310 3611	MSC-Hokifischfilet, Kräut.butt.sc	840 g	SF			GOU	1.093 kJ	262 kcal	17,8 g	9,5 g	1,8 g	1,0 g	23,5 g	2,7 g	0,2 BE
311 0583	MSC-Fischfilet Pomodoro	810 g	SF			GOU	747 kJ	178 kcal	7,8 g	3,5 g	5,7 g	1,8 g	20,8 g	1,8 g	0,5 BE
311 0566	MSC-Kabeljau natur	660 g	SF		LF	GOU	441 kJ	104 kcal	1,8 g	0,5 g	0,0 g	0,0 g	22,0 g	0,9 g	0,0 BE
311 0575	MSC Alaska-Seelachs "Müllerin"	1080 g	SF			GOU	733 kJ	174 kcal	5,3 g	0,6 g	15,0 g	0,3 g	16,3 g	1,2 g	1,3 BE
311 0576	MSC-Backfisch, Reispanade	650 g	SF		LF		732 kJ	174 kcal	6,5 g	0,6 g	15,6 g	0,1 g	12,9 g	0,7 g	1,3 BE
311 0580	MSC-Pazifische Scholle geb.	720 g	SF				1.029 kJ	246 kcal	12,0 g	1,5 g	18,6 g	0,6 g	15,4 g	1,7 g	1,6 BE
311 0579	MSC-Kabeljaufilet geb.	880 g	SF		LF	GOU	987 kJ	235 kcal	9,6 g	0,8 g	22,9 g	0,9 g	13,6 g	0,9 g	1,9 BE
311 0582	MSC-Fischfilets gebacken	570 g	SF				1.170 kJ	279 kcal	12,1 g	1,9 g	19,7 g	1,0 g	22,2 g	1,5 g	1,6 BE
311 3618	MSC-Fischburger geb.	1050 g	SF				1.013 kJ	241 kcal	9,8 g	2,1 g	21,7 g	0,6 g	15,5 g	1,9 g	1,8 BE
311 0578	MSC-Fischstäbchen geb.	800 g	SF			GOU	940 kJ	223 kcal	7,0 g	2,5 g	26,0 g	1,0 g	13,7 g	1,2 g	2,2 BE
311 0396	MSC-Seehecht nuggets, Backteig	1000 g	SF		LF	GOU	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
311 0564	MSC-Fischnuggets	1200 g	SF			GOU	1.015 kJ	243 kcal	11,8 g	1,5 g	16,9 g	0,6 g	16,6 g	1,0 g	1,4 BE
311 0425	MSC-Zartweizen-Fischpfanne	1700 g	SF		LF	GOU	417 kJ	99 kcal	2,0 g	0,3 g	10,5 g	1,6 g	8,2 g	1,2 g	0,7 BE
Herzhaftes für alle Tage															
310 3424	Faschierte Laibchen	880 g			LF	GOU	910 kJ	218 kcal	12,2 g	4,4 g	9,9 g	1,0 g	16,8 g	1,9 g	0,8 BE
310 3474	Polpetti, Tomatensc	2160 g			LF	GOU	582 kJ	139 kcal	6,5 g	2,3 g	10,6 g	3,8 g	9,0 g	1,7 g	0,7 BE
311 3679	Berner Würstel	1280 g			LF		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
310 3840	BIO-Schinken-Käsepalatschinken	1040 g					1.308 kJ	313 kcal	17,9 g	5,2 g	26,8 g	2,6 g	10,4 g	1,5 g	2,2 BE
311 0594	Geröstete Knödel	1500 g	SF	VEG		GOU	1.050 kJ	251 kcal	11,4 g	2,8 g	25,5 g	1,3 g	10,2 g	1,9 g	2,1 BE
311 0073	BIO-Eiermockerl	1800 g	SF	VEG		GOU	684 kJ	163 kcal	6,5 g	1,8 g	19,1 g	0,6 g	6,6 g	1,4 g	1,6 BE
310 3496	Käsespätzle	2000 g	SF	VEG			852 kJ	203 kcal	9,5 g	3,4 g	20,6 g	1,5 g	7,0 g	1,2 g	1,7 BE
311 0596	Specklinsen	2000 g			LF		304 kJ	72 kcal	1,8 g	0,7 g	8,2 g	1,1 g	4,7 g	1,5 g	0,1 BE
Vegetarische Gerichte															
311 0026	BIO-Linsen-Gemüseintopf	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	319 kJ	75 kcal	0,4 g	0,1 g	11,4 g	1,5 g	4,8 g	1,4 g	0,8 BE
311 0323	Kichererbsen-Eintopf	2100 g	SF	VEG	LF	GOU	247 kJ	59 kcal	1,7 g	0,2 g	7,5 g	3,0 g	2,0 g	1,2 g	0,2 BE




Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht					kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE	
311 0548	BIO-Fisolengulasch	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	237 kJ	56 kcal	1,8 g	0,2 g	7,4 g	1,3 g	1,6 g	0,9 g	0,5 BE	
311 0593	Chili sin Carne	2000 g	SF	VEG	LF		282 kJ	67 kcal	1,0 g	0,1 g	7,8 g	1,6 g	4,6 g	1,1 g	0,2 BE	
310 3841	Gemüsecurry	2100 g	SF	VEG	LF		491 kJ	118 kcal	7,8 g	7,1 g	8,1 g	3,8 g	2,6 g	0,7 g	0,5 BE	
311 0204	Zartweizenrisotto	1800 g	SF	VEG		GOU	667 kJ	160 kcal	9,2 g	5,4 g	13,0 g	2,3 g	4,8 g	0,9 g	1,0 BE	
311 0514	Tomaten-Basilikumrisotto	1800 g	SF	VEG	LF	GOU	495 kJ	118 kcal	4,4 g	2,8 g	14,1 g	2,0 g	4,9 g	1,1 g	1,1 BE	
311 0338	Vegetarische Spätzlepfanne	1800 g	SF	VEG			572 kJ	136 kcal	5,9 g	2,2 g	14,8 g	1,3 g	4,6 g	1,3 g	1,2 BE	
311 3684	Los Palatschinkos Tomate-Mais	1120 g	SF	VEG		GOU	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	
310 3339	BIO-Gefüllte Gemüsepalatschinken	1000 g	SF	VEG		GOU	654 kJ	156 kcal	6,8 g	1,5 g	16,7 g	2,6 g	6,1 g	0,8 g	1,4 BE	
311 0590	BIO-Gemüsepala-Auflauf	2000 g	SF	VEG		GOU	633 kJ	152 kcal	9,0 g	4,0 g	10,0 g	2,0 g	7,0 g	1,0 g	0,8 BE	
311 0029	BIO-Kartoffel-Gemüseauflauf	2000 g	SF	VEG		GOU	367 kJ	87 kcal	2,8 g	1,8 g	11,2 g	2,3 g	3,4 g	0,8 g	0,9 BE	
311 0426	BIO-Kartoffel-Spinatgratin	2000 g	SF	VEG			408 kJ	97 kcal	3,5 g	1,9 g	11,0 g	1,8 g	4,7 g	1,0 g	0,9 BE	
311 0556	Kartoffel-Broccoli-Auflauf	2000 g	SF	VEG		GOU	371 kJ	88 kcal	2,7 g	1,5 g	10,5 g	2,2 g	4,5 g	1,4 g	0,8 BE	
311 3881	Gemüsestrudel	1280 g	SF	VEG		GOU	746 kJ	178 kcal	8,4 g	3,4 g	19,7 g	2,4 g	4,6 g	0,9 g	1,6 BE	
311 0573	BIO-Spinatknödel	1200 g	SF	VEG		GOU	672 kJ	160 kcal	4,0 g	1,8 g	23,0 g	1,4 g	6,3 g	1,2 g	1,9 BE	
311 3416	Gemüsebällchen, Sesam-Panade	1000 g	SF	VEG		GOU	922 kJ	220 kcal	9,4 g	2,3 g	21,9 g	2,2 g	9,8 g	1,3 g	1,8 BE	
311 0559	Linsenbällchen	1000 g	SF	VEG		GOU	996 kJ	237 kcal	8,3 g	1,9 g	33,1 g	3,6 g	5,6 g	1,6 g	2,3 BE	
311 0236	Frischkäsetaschen	825 g	SF	VEG		GOU	963 kJ	230 kcal	9,7 g	3,1 g	27,4 g	1,2 g	6,7 g	0,9 g	2,3 BE	
311 0499	Semmellaibchen	990 g	SF	VEG		GOU	1.391 kJ	334 kcal	21,4 g	4,7 g	23,8 g	1,2 g	10,3 g	1,6 g	1,9 BE	
311 0440	Kartoffel-Topfenaibchen	1080 g	SF	VEG		GOU	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	
310 3475	Karfiol-Käsemedaillons	1200 g	SF	VEG		GOU	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	
311 0348	BIO-Gemüserösti	840 g	SF	VEG	LF		624 kJ	149 kcal	6,0 g	0,7 g	19,3 g	2,5 g	3,0 g	1,0 g	1,4 BE	
311 0584	Gemüseschnitzel	1040 g	SF	VEG		GOU	1.127 kJ	270 kcal	14,0 g	6,3 g	26,8 g	1,2 g	6,3 g	1,7 g	2,2 BE	
311 0557	Gemüsenuggets	1000 g	SF	VEG			1.306 kJ	310 kcal	7,7 g	1,8 g	50,4 g	4,3 g	7,6 g	1,6 g	3,9 BE	
311 0337	BIO-Polentaherzen	1100 g	SF	VEG	LF	GOU	842 kJ	201 kcal	8,0 g	0,9 g	30,8 g	0,2 g	0,2 g	1,1 g	2,6 BE	
311 3994	BIO-Grünkernherzen	900 g	SF	VEG	LF	GOU	935 kJ	224 kcal	10,9 g	2,4 g	23,5 g	2,3 g	6,0 g	1,4 g	1,8 BE	
311 0394	Rollgersteherzen	900 g	SF	VEG		GOU	744 kJ	177 kcal	5,0 g	1,0 g	25,8 g	2,3 g	5,4 g	1,2 g	2,0 BE	
311 3685	Gemüse gebacken	900 g	SF	VEG		GOU	672 kJ	161 kcal	8,2 g	0,9 g	14,4 g	3,5 g	5,4 g	0,7 g	1,2 BE	
311 3721	Karfiolröschen geb.	900 g	SF	VEG		GOU	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	
311 0438	BIO-Omelette	1080 g	SF	VEG		GOU	466 kJ	112 kcal	7,6 g	2,0 g	1,9 g	0,6 g	8,9 g	1,1 g	0,2 BE	
311 0544	Rührei	1000 g	SF	VEG		GOU	620 kJ	149 kcal	11,2 g	2,7 g	0,9 g	0,4 g	11,2 g	1,1 g	0,1 BE	
Nudelgerichte und Pasta																
311 3759	Rindfleischlasagne	2000 g	SF			GOU	518 kJ	123 kcal	3,8 g	2,0 g	15,4 g	3,6 g	6,0 g	1,1 g	1,3 BE	
310 3788	Gemüselasagne	2000 g	SF	VEG		GOU	439 kJ	104 kcal	2,2 g	1,2 g	16,3 g	5,5 g	3,7 g	1,0 g	1,2 BE	
311 0030	BIO-Nudelaufwurf	2000 g	SF	VEG		GOU	639 kJ	152 kcal	4,8 g	3,0 g	20,4 g	2,6 g	6,1 g	1,4 g	1,7 BE	
311 0677	BIO-Hörnchenaufwurf	2000 g	SF	VEG		GOU	852 kJ	204 kcal	13,0 g	5,3 g	15,9 g	2,5 g	5,1 g	1,1 g	1,3 BE	
311 0061	Makkaroniaufwurf	2000 g	SF	VEG		GOU	647 kJ	154 kcal	6,3 g	3,9 g	18,5 g	2,8 g	5,2 g	1,3 g	1,5 BE	
311 0226	Käsenudeln	2000 g	SF	VEG			526 kJ	125 kcal	4,7 g	2,8 g	15,4 g	0,9 g	4,7 g	0,8 g	1,3 BE	
311 3547	Florentiner Nudeln,H-bruststücke	1800 g	SF			GOU	556 kJ	132 kcal	3,7 g	1,4 g	16,2 g	0,5 g	8,1 g	1,1 g	1,3 BE	
311 3458	Lauchrahmnudeln, Hühnerfleisch	1800 g	SF			GOU	501 kJ	119 kcal	2,5 g	1,3 g	15,6 g	1,0 g	7,9 g	1,3 g	1,2 BE	
311 0671	MSC-Neptun-Nudeln, Thunfischsc.	1800 g	SF		LF		508 kJ	120 kcal	2,6 g	0,7 g	18,2 g	1,5 g	5,3 g	0,9 g	1,4 BE	
310 3796	Hörnchennudelpopf, Fleischbäll.	2000 g	SF			GOU	541 kJ	130 kcal	8,1 g	4,1 g	9,2 g	1,4 g	4,5 g	1,0 g	0,7 BE	
310 3414	Fleischnudeln	1800 g	SF		LF		780 kJ	185 kcal	5,4 g	1,4 g	25,1 g	1,1 g	8,0 g	0,9 g	2,0 BE	

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht					kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
311 0232	Pizza-Nudeln	1800 g	SF		LF		522 kJ	124 kcal	2,1 g	1,3 g	18,3 g	2,6 g	7,1 g	1,1 g	1,5 BE
310 3720	Schinkenfleckerl	1600 g			LF		635 kJ	150 kcal	3,3 g	0,8 g	20,9 g	1,0 g	8,6 g	1,3 g	1,7 BE
311 3694	Putenschinkenfleckerl überb.	2000 g	SF				670 kJ	160 kcal	7,4 g	4,2 g	14,6 g	2,2 g	8,0 g	1,7 g	1,2 BE
311 0554	BIO-Krautfleckerl	1600 g	SF	VEG		GOU	618 kJ	147 kcal	5,4 g	0,8 g	19,4 g	3,2 g	3,8 g	1,2 g	1,4 BE
311 0097	Gemüsenudepfanne	1500 g	SF	VEG		GOU	498 kJ	118 kcal	3,7 g	2,0 g	16,2 g	2,1 g	3,9 g	0,8 g	1,4 BE
310 3779	Nudeltaschen gefüllt, Tomatensc.	1800 g	SF	VEG		GOU	463 kJ	111 kcal	4,3 g	1,8 g	13,6 g	4,6 g	3,1 g	1,5 g	1,0 BE
311 0096	Spinatravioli	900 g	SF	VEG		GOU	818 kJ	195 kcal	6,3 g	0,9 g	28,0 g	0,6 g	5,1 g	1,1 g	2,3 BE
311 0350	Tortellini, Tomatensc	1800 g	SF	VEG		GOU	518 kJ	124 kcal	4,5 g	1,9 g	16,6 g	3,6 g	3,0 g	1,4 g	1,3 BE
310 3697	BIO-Käse-Tortelloni	1100 g	SF	VEG		GOU	798 kJ	189 kcal	4,2 g	2,3 g	27,1 g	0,5 g	9,1 g	0,9 g	2,3 BE
311 0565	BIO-Ricotta-Spinat Tortelloni	1000 g	SF	VEG		GOU	816 kJ	194 kcal	6,5 g	2,8 g	25,5 g	0,9 g	7,5 g	1,0 g	2,1 BE
310 3822	BIO-Spaghetti (Hsp.)	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	703 kJ	166 kcal	1,5 g	0,2 g	31,6 g	0,1 g	5,3 g	0,7 g	2,6 BE
311 0388	VK-Spaghetti hell	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	784 kJ	186 kcal	2,1 g	0,4 g	32,8 g	0,9 g	6,4 g	1,0 g	2,7 BE
310 3481	BIO-Linguine	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	591 kJ	140 kcal	2,0 g	0,2 g	25,4 g	0,2 g	4,2 g	0,8 g	2,1 BE
310 3316	BIO-Muschelnudeln	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	837 kJ	198 kcal	2,0 g	0,2 g	37,1 g	0,2 g	6,6 g	0,4 g	3,1 BE
311 0143	BIO-Spiralen HS	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	751 kJ	177 kcal	1,6 g	0,3 g	33,8 g	0,0 g	5,7 g	1,0 g	2,8 BE
311 0258	BIO-Penne HS	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	776 kJ	184 kcal	2,4 g	0,3 g	33,7 g	0,0 g	5,7 g	0,8 g	2,8 BE
311 0585	VK-Makkaroni (Hauptspeise)	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	836 kJ	198 kcal	2,2 g	0,4 g	36,0 g	1,0 g	7,0 g	1,0 g	3,0 BE
311 0495	BIO-Gnocchi (Hsp.)	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	720 kJ	170 kcal	1,4 g	0,1 g	33,7 g	0,9 g	4,5 g	0,6 g	2,8 BE
Pikante Saucen															
310 3492	BIO-Sauce Bolognese, Rind	2000 g	SF		LF	GOU	380 kJ	91 kcal	4,5 g	2,0 g	4,7 g	3,8 g	6,9 g	1,0 g	0,3 BE
310 3669	Sauce Bolognese v. Rind	2000 g	SF		LF	GOU	376 kJ	90 kcal	4,5 g	2,0 g	4,6 g	3,5 g	7,1 g	0,9 g	0,3 BE
310 3491	BIO-Gemüsebolognese	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	155 kJ	37 kcal	1,0 g	0,1 g	4,9 g	3,3 g	1,1 g	1,1 g	0,2 BE
310 3691	Sauce Bolognese, Soja	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	155 kJ	37 kcal	0,1 g	0,0 g	5,4 g	4,0 g	2,5 g	1,4 g	0,2 BE
311 0555	BIO-Wiener Tomatensauce	2000 g	SF	VEG		GOU	144 kJ	34 kcal	0,5 g	0,1 g	6,4 g	3,7 g	0,6 g	1,3 g	0,5 BE
310 3423	Tomatenragout	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	194 kJ	46 kcal	0,1 g	0,0 g	9,1 g	5,7 g	1,2 g	1,3 g	0,4 BE
311 0098	Tomatensauce	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	193 kJ	46 kcal	0,1 g	0,0 g	9,7 g	7,0 g	1,0 g	1,6 g	0,6 BE
310 3757	BIO-Tomaten-Oberssauce	2000 g	SF	VEG		GOU	303 kJ	73 kcal	4,3 g	1,9 g	6,7 g	3,5 g	1,1 g	1,2 g	0,6 BE
311 0374	Basilikum-Oberssauce	2000 g	SF	VEG		GOU	563 kJ	136 kcal	11,8 g	6,9 g	5,1 g	1,3 g	2,0 g	1,1 g	0,4 BE
310 3527	Puten-Carbonarasauce	2000 g	SF			GOU	398 kJ	96 kcal	6,1 g	3,8 g	6,0 g	1,1 g	4,0 g	1,5 g	0,5 BE
311 0437	BIO-Kräuterrahmsauce	2000 g	SF	VEG		GOU	409 kJ	98 kcal	7,7 g	4,2 g	5,2 g	2,0 g	1,8 g	1,0 g	0,4 BE
311 0033	BIO-Frischkäsesauce	2000 g	SF	VEG			482 kJ	116 kcal	9,4 g	5,7 g	5,5 g	1,5 g	2,0 g	1,4 g	0,4 BE
311 0100	Käsesauce	2000 g	SF	VEG		GOU	377 kJ	91 kcal	6,4 g	3,9 g	4,5 g	1,4 g	3,5 g	1,2 g	0,4 BE
310 3793	Bratensauce	2000 g	SF		LF	GOU	169 kJ	40 kcal	1,6 g	0,2 g	5,3 g	2,1 g	0,8 g	1,2 g	0,4 BE
311 0547	Paprikarahmsauce	2000 g	SF	VEG		GOU	294 kJ	70 kcal	4,1 g	2,3 g	6,6 g	2,4 g	1,3 g	1,3 g	0,4 BE
311 0032	BIO-Schnittlauchsauce	2000 g	SF	VEG		GOU	303 kJ	73 kcal	4,8 g	2,9 g	5,3 g	2,0 g	1,7 g	1,2 g	0,4 BE
310 3495	Champignonsauce	2000 g	SF	VEG		GOU	238 kJ	57 kcal	2,3 g	1,5 g	5,0 g	2,5 g	3,0 g	1,3 g	0,3 BE
311 0101	Joghurt-Kräutersauce	1000 g	SF	VEG		GOU	702 kJ	170 kcal	15,4 g	4,8 g	4,2 g	2,6 g	2,9 g	0,8 g	0,2 BE
311 0403	Schnittlauch-Dip	1000 g	SF	VEG		GOU	1.227 kJ	298 kcal	30,1 g	6,6 g	4,1 g	1,0 g	1,9 g	1,2 g	0,3 BE
311 0518	Tsatsiki	1000 g	SF	VEG		GOU	348 kJ	84 kcal	6,0 g	3,1 g	4,3 g	2,9 g	2,3 g	1,2 g	0,3 BE
Pizza															
311 0129	BIO-Pizza, Käse, Putenschinken	1200 g	SF			GOU	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
311 0130	BIO-Pizza Margherita	1200 g	SF	VEG		GOU	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

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht					kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
311 0256	BIO-Pizza, Spinat, Käse	1200 g	SF	VEG		GOU	900 kJ	214 kcal	8,4 g	4,3 g	23,2 g	2,5 g	10,1 g	1,3 g	1,9 BE
Beilagen Gemüse															
310 3797	BIO-Erbesen natur, Butter	1500 g	SF	VEG		GOU	586 kJ	140 kcal	6,0 g	3,7 g	12,0 g	1,3 g	6,8 g	0,9 g	1,0 BE
310 3837	Erbesen-Karottengemüse	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	413 kJ	98 kcal	2,6 g	0,2 g	11,1 g	3,6 g	5,0 g	0,5 g	0,0 BE
311 0431	BIO-Babykarotten	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	209 kJ	50 kcal	1,0 g	0,6 g	7,3 g	7,1 g	1,0 g	0,8 g	0,0 BE
311 0553	BIO-Sonnengemüse	1500 g	SF	VEG		GOU	262 kJ	63 kcal	2,2 g	0,3 g	7,8 g	7,4 g	1,0 g	1,0 g	0,0 BE
310 3830	Broccoli natur	960 g	SF	VEG	LF	GOU	381 kJ	91 kcal	3,8 g	0,4 g	5,8 g	2,5 g	6,6 g	1,0 g	0,0 BE
311 0343	Karfiol natur	960 g	SF	VEG	LF	GOU	302 kJ	73 kcal	4,0 g	0,4 g	3,2 g	2,8 g	3,6 g	0,8 g	0,0 BE
311 0543	Bäumchengemüse	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	285 kJ	69 kcal	3,7 g	0,3 g	3,4 g	2,9 g	3,8 g	1,0 g	0,0 BE
311 0341	BIO-Fisolen	1500 g	SF	VEG		GOU	387 kJ	93 kcal	5,8 g	3,6 g	5,5 g	2,4 g	2,7 g	0,9 g	0,5 BE
311 0510	Kohlrabi natur	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	275 kJ	66 kcal	4,3 g	2,5 g	3,9 g	3,8 g	1,7 g	0,8 g	0,0 BE
311 0540	BIO-Mais	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	512 kJ	122 kcal	3,9 g	1,8 g	16,5 g	3,5 g	3,5 g	0,6 g	1,4 BE
311 0433	BIO-Fitgemüse	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	326 kJ	78 kcal	1,5 g	0,6 g	11,9 g	5,9 g	2,1 g	0,8 g	0,6 BE
310 3854	BIO-Feinschmeckergemüse natur	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	360 kJ	86 kcal	1,6 g	0,2 g	11,9 g	3,7 g	3,8 g	1,0 g	0,5 BE
310 3835	Feine Gemüsemischung natur	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	199 kJ	48 kcal	1,1 g	0,1 g	4,9 g	4,5 g	2,7 g	0,8 g	0,4 BE
311 0435	BIO-Kaisergemüse	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	192 kJ	46 kcal	1,1 g	0,6 g	4,4 g	3,9 g	2,8 g	0,8 g	0,0 BE
310 3701	Gemüse Kunterbunt	2000 g	SF	VEG		GOU	222 kJ	53 kcal	1,7 g	0,9 g	5,5 g	2,6 g	2,6 g	1,0 g	0,1 BE
310 3714	BIO-Sauerkraut	2000 g	SF	VEG	LF		180 kJ	43 kcal	2,9 g	0,4 g	2,3 g	0,3 g	1,1 g	1,3 g	0,1 BE
310 3852	Sauerkraut	2000 g	SF	VEG	LF		92 kJ	22 kcal	0,2 g	0,0 g	2,3 g	0,6 g	1,1 g	1,3 g	0,1 BE
310 3778	Rotkraut	2000 g	SF	VEG	LF		229 kJ	54 kcal	1,2 g	0,1 g	8,8 g	7,6 g	1,0 g	1,1 g	0,5 BE
310 3715	Warmer Krautsalat, Speck	2000 g			LF		248 kJ	60 kcal	3,7 g	0,5 g	3,5 g	3,4 g	1,6 g	2,1 g	0,0 BE
311 3773	Letschogemüse	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	160 kJ	38 kcal	0,3 g	0,1 g	6,9 g	4,0 g	0,9 g	1,5 g	0,3 BE
311 0560	Ratatouille	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	317 kJ	76 kcal	5,4 g	0,6 g	4,6 g	2,7 g	1,2 g	1,0 g	0,1 BE
310 3731	Kung Fu-Gemüse (Hsp.)	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	274 kJ	65 kcal	1,1 g	0,1 g	12,1 g	10,6 g	0,8 g	1,7 g	0,9 BE
311 0498	Kung Fu-Gemüse (Beilage)	2000 g	SF	VEG	LF		274 kJ	65 kcal	1,1 g	0,1 g	12,1 g	10,6 g	0,8 g	1,7 g	0,9 BE
310 3415	BIO-Gemüseallerlei	2000 g	SF	VEG		GOU	330 kJ	79 kcal	5,0 g	2,9 g	5,4 g	2,0 g	2,1 g	1,0 g	0,2 BE
310 3866	BIO-Rahmfisolen	2000 g	SF	VEG		GOU	254 kJ	61 kcal	3,2 g	1,9 g	5,0 g	1,5 g	1,9 g	0,9 g	0,2 BE
311 0005	BIO-Rahmfisolen	2000 g	SF	VEG		GOU	254 kJ	61 kcal	3,2 g	1,9 g	5,0 g	1,5 g	1,9 g	0,9 g	0,2 BE
310 3868	BIO-Cremespinat (Hsp.)	2000 g	SF	VEG		GOU	310 kJ	74 kcal	4,1 g	2,4 g	5,1 g	1,4 g	3,1 g	1,2 g	0,4 BE
311 0496	BIO-Cremespinat (Beilage)	2000 g	SF	VEG		GOU	310 kJ	74 kcal	4,1 g	2,4 g	5,1 g	1,4 g	3,1 g	1,2 g	0,4 BE
310 3783	Rahmspinat ohne Knoblauch	2000 g	SF	VEG		GOU	354 kJ	85 kcal	6,1 g	3,7 g	3,6 g	0,7 g	2,8 g	1,0 g	0,3 BE
Beilagen Kartoffeln															
310 3860	BIO-Salzkartoffeln	1850 g	SF	VEG	LF	GOU	296 kJ	70 kcal	0,0 g	0,0 g	14,6 g	0,7 g	1,8 g	0,9 g	1,2 BE
311 0132	BIO-Petersilkartoffeln	1850 g	SF	VEG	LF	GOU	344 kJ	81 kcal	1,0 g	0,1 g	15,0 g	0,7 g	1,9 g	0,7 g	1,3 BE
311 0528	Kräuterkartoffeln	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	338 kJ	80 kcal	1,1 g	0,1 g	14,6 g	0,7 g	1,9 g	0,6 g	1,2 BE
311 0591	BIO-Stampfkartoffelpüree	2000 g	SF	VEG		GOU	516 kJ	124 kcal	6,7 g	4,4 g	12,5 g	2,0 g	2,4 g	0,8 g	1,0 BE
311 0051	BIO-Kartoffelpüree	2000 g	SF	VEG		GOU	610 kJ	146 kcal	8,7 g	4,2 g	12,4 g	4,6 g	4,1 g	1,0 g	1,0 BE
311 0595	Kartoffelpüree	2000 g	SF	VEG		GOU	556 kJ	133 kcal	7,0 g	3,8 g	13,2 g	3,7 g	3,5 g	1,0 g	1,1 BE
311 0234	BIO-Erdäpfelschmarren	1600 g	SF	VEG	LF	GOU	428 kJ	102 kcal	2,7 g	0,3 g	15,9 g	1,5 g	2,1 g	0,8 g	1,3 BE
310 3782	Erdäpfelschmarren	1600 g	SF	VEG	LF	GOU	439 kJ	104 kcal	3,5 g	0,6 g	15,1 g	1,2 g	2,0 g	1,2 g	1,3 BE
311 0436	BIO-Kartoffelgratin	2000 g	SF	VEG			403 kJ	96 kcal	3,0 g	1,7 g	12,2 g	1,8 g	4,1 g	1,0 g	1,0 BE
311 0133	Potato Wedges	1500 g	SF	VEG	LF		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

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht					kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
310 3702	Bratkartoffeln	1500 g	SF	VEG	LF		542 kJ	128 kcal	3,0 g	1,8 g	22,5 g	1,0 g	2,5 g	0,3 g	1,9 BE
310 3748	Riffelkartoffeln	1200 g	SF	VEG	LF		580 kJ	138 kcal	5,3 g	0,6 g	19,0 g	0,5 g	2,4 g	0,0 g	1,6 BE
311 0135	Zapfenkroketten	1200 g	SF	VEG			756 kJ	180 kcal	7,5 g	0,7 g	24,1 g	1,1 g	2,3 g	1,3 g	2,0 BE
311 0397	Kartoffelröllchen	950 g	SF	VEG	LF		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
310 3845	Röstinchen geb.	980 g	SF	VEG	LF		761 kJ	181 kcal	6,0 g	4,3 g	26,0 g	1,2 g	4,5 g	1,3 g	2,2 BE
310 3413	Kartoffelpuffer	1180 g	SF	VEG	LF		709 kJ	169 kcal	6,6 g	0,6 g	23,4 g	0,4 g	2,5 g	1,0 g	1,9 BE
311 0495	BIO-Gnocchi (Hsp.)	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	720 kJ	170 kcal	1,4 g	0,1 g	33,7 g	0,9 g	4,5 g	0,6 g	2,8 BE
311 0034	BIO-Gnocchi (Beilage)	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	720 kJ	170 kcal	1,4 g	0,1 g	33,7 g	0,9 g	4,5 g	0,6 g	2,8 BE
Beilagen Reis, Getreide															
310 3872	BIO-Reis	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	689 kJ	163 kcal	2,4 g	0,3 g	32,2 g	0,1 g	2,8 g	1,2 g	2,7 BE
311 0592	BIO-Naturreis	1300 g	SF	VEG		GOU	646 kJ	153 kcal	2,3 g	0,4 g	29,8 g	0,5 g	2,9 g	1,0 g	2,5 BE
311 0569	BIO-Jasminreis FAIRTRADE	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	675 kJ	159 kcal	0,4 g	0,1 g	35,0 g	0,4 g	3,5 g	0,0 g	2,9 BE
310 3746	Jasminreis	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	658 kJ	155 kcal	0,3 g	0,1 g	34,4 g	0,1 g	3,3 g	0,0 g	2,9 BE
310 3878	BIO-Risipisi	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	657 kJ	156 kcal	3,7 g	0,4 g	25,2 g	0,5 g	4,2 g	1,0 g	1,7 BE
311 0036	BIO-Gemüsereis	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	556 kJ	132 kcal	2,5 g	0,3 g	23,1 g	1,7 g	3,1 g	1,0 g	1,7 BE
311 0549	BIO-Kräuterreis	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	599 kJ	142 kcal	2,4 g	0,3 g	27,2 g	0,1 g	2,4 g	1,3 g	2,3 BE
310 3487	Polenta	2000 g	SF	VEG		GOU	466 kJ	112 kcal	6,5 g	3,7 g	10,2 g	2,9 g	2,8 g	1,1 g	0,8 BE
311 0466	VK-Couscous	1300 g	SF	VEG	LF	GOU	519 kJ	123 kcal	1,1 g	0,2 g	21,3 g	1,0 g	5,8 g	0,9 g	1,8 BE
Beilagen Teigwaren															
311 0142	BIO-Penne	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	776 kJ	184 kcal	2,4 g	0,3 g	33,7 g	0,0 g	5,7 g	0,8 g	2,8 BE
311 0586	VK-Makkaroni (Beilage)	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	836 kJ	198 kcal	2,2 g	0,4 g	36,0 g	1,0 g	7,0 g	0,4 g	3,0 BE
311 3814	BIO-Spiralen	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	751 kJ	177 kcal	1,6 g	0,3 g	33,8 g	0,0 g	5,7 g	1,0 g	2,8 BE
310 3429	BIO-Hörnchen	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	800 kJ	189 kcal	2,6 g	0,4 g	34,4 g	0,0 g	5,8 g	1,0 g	2,9 BE
311 0497	BIO-Spaghetti (Beilage)	1200 g	SF	VEG	LF	GOU	703 kJ	166 kcal	1,5 g	0,2 g	31,6 g	0,1 g	5,3 g	0,7 g	2,6 BE
310 3338	BIO-Kaiserspätzle	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	716 kJ	170 kcal	3,2 g	0,8 g	28,8 g	0,1 g	5,8 g	1,0 g	2,4 BE
Beilagen Knödel															
310 3709	Erdäpfelknödel	1400 g	SF	VEG	LF	GOU	689 kJ	164 kcal	4,1 g	0,5 g	27,5 g	0,6 g	2,7 g	1,0 g	2,3 BE
310 3867	Semmelknödel	1300 g	SF	VEG	LF	GOU	686 kJ	163 kcal	3,9 g	0,6 g	25,3 g	0,6 g	5,7 g	1,2 g	2,1 BE
311 3712	Serviettenknödel	1000 g	SF	VEG		GOU	1.038 kJ	247 kcal	7,2 g	1,6 g	34,4 g	1,0 g	9,8 g	1,6 g	2,9 BE
Warme Mehlspeisen															
310 3952	BIO-Milchreis	2100 g	SF	VEG		GOU	613 kJ	145 kcal	3,5 g	2,3 g	25,2 g	11,9 g	2,9 g	0,1 g	2,1 BE
310 3918	BIO-Grießkoch	2160 g	SF	VEG		GOU	454 kJ	108 kcal	4,3 g	2,8 g	13,6 g	9,2 g	3,4 g	0,2 g	1,1 BE
310 3924	Gschupfte Mohnnudeln	1600 g	SF	VEG	LF		944 kJ	224 kcal	6,8 g	3,0 g	33,8 g	6,8 g	5,1 g	0,8 g	2,8 BE
310 3928	Grießflammerienockerl	875 g	SF	VEG		GOU	737 kJ	176 kcal	9,2 g	4,1 g	18,8 g	3,3 g	3,6 g	0,2 g	1,6 BE
310 3791	Kirschensticks	1650 g	SF	VEG		GOU	1.076 kJ	255 kcal	6,8 g	2,0 g	42,8 g	11,0 g	4,7 g	0,5 g	3,6 BE
311 3989	Powidltascherl, Butterbrösel	1630 g	SF	VEG		GOU	1.180 kJ	280 kcal	7,6 g	2,2 g	46,3 g	15,3 g	5,4 g	0,7 g	3,9 BE
310 3946	Erdbeerfruchtknödel	1450 g	SF	VEG		GOU	1.107 kJ	263 kcal	6,6 g	2,6 g	41,1 g	15,9 g	8,6 g	0,7 g	3,4 BE
310 3971	BIO-Topfenknödel, Brösel	1480 g	SF	VEG		GOU	1.236 kJ	295 kcal	12,5 g	3,1 g	36,6 g	14,1 g	8,1 g	0,4 g	3,0 BE
311 0165	BIO-Marillenpalatschinken	1200 g	SF	VEG		GOU	780 kJ	186 kcal	6,5 g	1,5 g	26,0 g	8,9 g	5,1 g	0,2 g	2,2 BE
311 0312	BIO-Erdbeer-VK-Palatschinken	1360 g	SF	VEG		GOU	779 kJ	185 kcal	6,2 g	1,4 g	26,2 g	11,1 g	5,4 g	0,2 g	2,2 BE
310 3988	BIO-Topfenpalatschinken	1320 g	SF	VEG		GOU	695 kJ	165 kcal	6,3 g	1,7 g	19,2 g	6,6 g	7,5 g	0,3 g	1,6 BE
310 3940	Nutellapalatschinken	1080 g	SF	VEG			1.098 kJ	262 kcal	13,5 g	3,0 g	28,2 g	14,5 g	6,3 g	0,3 g	2,3 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht					kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
311 0507	BIO-Palatschinken lose	1040 g	SF	VEG		GOU	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
311 0237	Pancakes	600 g	SF	VEG		GOU	1.216 kJ	289 kcal	10,0 g	1,0 g	41,0 g	17,0 g	8,1 g	0,6 g	3,4 BE
311 0545	Scheiterhaufen	2000 g	SF	VEG		GOU	795 kJ	190 kcal	8,5 g	3,7 g	22,8 g	10,3 g	4,7 g	0,1 g	1,9 BE
310 3970	BIO-Mostviertler Apfelschmarren	1500 g	SF	VEG		GOU	771 kJ	183 kcal	6,2 g	2,3 g	26,9 g	14,8 g	4,3 g	0,4 g	2,2 BE
310 3995	BIO-Kaiserschmarren	1500 g	SF	VEG		GOU	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
311 0164	BIO-Topfenschmarren	1500 g	SF	VEG		GOU	1.246 kJ	297 kcal	13,6 g	2,7 g	33,3 g	15,9 g	9,9 g	0,7 g	2,8 BE
310 3942	Grießschmarren	1500 g	SF	VEG		GOU	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
311 0163	BIO-Apfelstrudel	1500 g	SF	VEG	LF	GOU	703 kJ	167 kcal	5,0 g	0,6 g	27,0 g	13,5 g	2,3 g	0,3 g	2,3 BE
310 3901	Topfenstrudel	720 g	SF	VEG		GOU	888 kJ	211 kcal	7,0 g	2,6 g	28,9 g	15,0 g	7,5 g	0,4 g	2,4 BE
310 3930	BIO-Reisauflauf, Apfelstückchen	2000 g	SF	VEG		GOU	754 kJ	179 kcal	5,8 g	3,3 g	28,2 g	11,8 g	3,4 g	0,2 g	2,3 BE
311 0233	Buchweizenauflauf	2000 g	SF	VEG		GOU	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
Süße Saucen															
310 3927	BIO-Vanillesauce	2000 g	SF	VEG		GOU	389 kJ	93 kcal	3,1 g	2,1 g	13,1 g	9,6 g	2,9 g	0,1 g	1,1 BE
310 3369	BIO-Apfelmus	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	232 kJ	55 kcal	0,3 g	0,1 g	11,9 g	10,9 g	0,3 g	0,0 g	1,0 BE
310 3974	Marillenmus	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	357 kJ	84 kcal	0,1 g	0,0 g	19,5 g	15,6 g	0,6 g	0,0 g	1,6 BE
310 3955	Erdbeer-Pfirsichmark	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	305 kJ	72 kcal	0,2 g	0,0 g	15,5 g	12,2 g	0,6 g	0,0 g	1,3 BE
310 3948	Zwetschenröster	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	296 kJ	70 kcal	0,1 g	0,0 g	14,9 g	13,5 g	0,5 g	0,0 g	1,2 BE
311 0173	Beerenröster	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	349 kJ	82 kcal	0,3 g	0,0 g	17,7 g	15,1 g	0,6 g	0,0 g	1,5 BE
310 3916	Warmes Weichselkompott	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	287 kJ	68 kcal	0,2 g	0,0 g	15,0 g	12,3 g	0,7 g	0,0 g	1,2 BE
Hausgemachte Blechkuchen – im Ganzen															
910 5522	BIO-Karottenkuchen	2100 g	SF	VEG	LF		1.563 kJ	373 kcal	17,3 g	2,3 g	47,6 g	26,7 g	5,7 g	1,2 g	3,9 BE
910 5509	BIO-Zitronenkuchen	1700 g	SF	VEG	LF		1.586 kJ	378 kcal	16,2 g	2,2 g	51,5 g	29,2 g	5,7 g	1,3 g	4,3 BE
910 5526	BIO-Apfelkuchen	2000 g	SF	VEG	LF		1.625 kJ	389 kcal	21,7 g	2,8 g	42,5 g	26,1 g	5,2 g	1,0 g	3,5 BE
910 5521	BIO-Kakaokuchen	1500 g	SF	VEG	LF		1.692 kJ	404 kcal	17,4 g	2,5 g	53,9 g	30,2 g	6,5 g	1,4 g	4,5 BE
910 5513	Ameisenkuchen	1700 g	SF	VEG	LF		2.027 kJ	486 kcal	30,6 g	5,8 g	45,8 g	27,1 g	6,2 g	0,8 g	3,8 BE
910 5503	Brownie	1700 g	SF	VEG	LF		1.754 kJ	420 kcal	24,0 g	3,2 g	45,3 g	27,8 g	5,0 g	0,7 g	3,8 BE
910 5518	Schoko-Kokoskuchen	2000 g	SF	VEG			1.933 kJ	464 kcal	28,9 g	9,0 g	43,7 g	25,1 g	5,6 g	0,7 g	3,6 BE
911 0084	VK-Schokokuchen	2000 g	SF	VEG			2.063 kJ	496 kcal	35,6 g	6,5 g	33,6 g	23,5 g	8,9 g	0,7 g	2,8 BE
911 0059	Dinkel-VK-Kuchen,Jog.-Marillecr.	2300 g	SF	VEG			1.278 kJ	306 kcal	17,1 g	2,5 g	31,4 g	21,2 g	5,5 g	0,6 g	2,6 BE
Cremen & Kompotte															
311 0154	Joghurt Topfencreme	2000 g	SF	VEG		GOU	400 kJ	95 kcal	2,4 g	1,5 g	11,9 g	11,9 g	6,0 g	0,1 g	0,9 BE
311 0155	Schokopudding	2000 g	SF	VEG		GOU	622 kJ	149 kcal	7,6 g	4,1 g	16,2 g	11,1 g	3,3 g	0,1 g	1,3 BE
311 0156	Vanillepudding	2000 g	SF	VEG		GOU	644 kJ	154 kcal	7,8 g	3,8 g	18,1 g	13,3 g	2,8 g	0,1 g	1,5 BE
311 0177	Himbeercreme	2000 g	SF	VEG		GOU	429 kJ	102 kcal	2,7 g	1,7 g	11,6 g	11,6 g	7,1 g	0,1 g	0,8 BE
311 0178	Bananencreme	2000 g	SF	VEG		GOU	434 kJ	103 kcal	2,7 g	1,7 g	12,0 g	11,9 g	6,9 g	0,1 g	0,9 BE
311 0192	Mangocreme	2000 g	SF	VEG		GOU	437 kJ	104 kcal	2,6 g	1,6 g	12,6 g	12,6 g	6,8 g	0,1 g	0,9 BE
311 0076	Mandarinenkompott	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	248 kJ	58 kcal	0,2 g	0,0 g	12,5 g	12,5 g	0,5 g	0,0 g	1,0 BE
311 0157	Ananaskompott	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	176 kJ	42 kcal	0,1 g	0,0 g	9,3 g	9,3 g	0,2 g	0,0 g	0,8 BE
311 0158	Apfelkompott ohne Süßstoff	1950 g	SF	VEG	LF	GOU	139 kJ	33 kcal	0,1 g	0,0 g	7,1 g	6,9 g	0,1 g	0,0 g	0,6 BE
311 0159	Birnenkompott	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	136 kJ	32 kcal	0,1 g	0,0 g	6,4 g	5,5 g	0,4 g	0,0 g	0,5 BE
311 0160	Gemischtes Kompott	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	202 kJ	48 kcal	0,1 g	0,0 g	10,6 g	10,3 g	0,3 g	0,0 g	0,9 BE
311 0161	Pfirsichkompott	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	212 kJ	50 kcal	0,1 g	0,0 g	11,3 g	10,5 g	0,4 g	0,0 g	0,9 BE

Art. Nr.	Artikelbezeichnung	Gewicht					kJ	kcal	Fett	ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz	BE
Salat															
311 0172	Kartoffelsalat	2000 g	SF	VEG	LF	GOU	419 kJ	100 kcal	3,4 g	0,3 g	14,8 g	3,4 g	1,5 g	1,6 g	1,2 BE
311 3993	Schweizer Wurstsalat	1500 g	SF		LF		537 kJ	129 kcal	9,5 g	2,9 g	3,7 g	3,7 g	6,3 g	1,6 g	0,2 BE
311 3991	Nudel-Gemüsesalat	1500 g	SF	VEG			584 kJ	140 kcal	7,6 g	1,6 g	14,0 g	2,7 g	2,7 g	1,0 g	1,2 BE
311 3992	Nudelsalat mit Putenextrawurst	1500 g	SF				580 kJ	139 kcal	8,8 g	2,0 g	9,7 g	2,3 g	4,1 g	0,8 g	0,6 BE

Die Angaben in diesem Medium wurden nach bestem Wissen und mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt und entsprechen dem Stand bei Drucklegung. Alle über die Zutaten in den Lebensmitteln enthaltenen Allergene sind in diesem Medium und am Etikett gemäß Kennzeichnungsrecht deklariert. Letztgültig sind die Angaben am Etikett. Neben diesen gekennzeichneten Allergenen ist es trotz aller Sorgfalt nicht auszuschließen, dass sich Spuren anderer, nicht gekennzeichneteter allergieauslösender Stoffe in den Lebensmitteln befinden. GMS GOURMET GmbH war und ist bestrebt, alle Daten und Informationen vollständig, aktuell und korrekt zur Verfügung zu stellen. Trotzdem übernimmt GMS GOURMET GmbH keine Haftung für mangelnde Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Daten und Inhalte in diesem Medium.

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.