

SUMMER II 2023 Nährwerte / Food Nutritional Information



Product Name	Portion Size	Product Suitable for		Energy (kJ)		Energy (kcal)		Fat (g)		of which are saturates (g)		Carbohydrates (g)		of which are sugars (g)		Fibre (g)		Protein (g)		Salt (g)	
		(g)	Vegetarian	Vegan	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	
	Pastries																				
Croissants precooked	60	Yes	No	1785	1071	425	255	23	14	15	9,0	45	27	8,9	5,3	2,4	1,4	8,5	5,1	0,59	0,35
Chocolate broodjes precooked	70	Yes	No	1795	1077	430	258	23	14	15	8,9	47	28	13,8	8,3	2,9	1,7	8,0	4,8	0,52	0,31
Croissant baked in store	65	Yes	Non	1838	1048	441	251	27	16	19	11	40	23	6,3	3,6	2,3	1	8	5	1	1
Chocolate broodjes in store	75	Yes	No	1772	1221	424	292	24	17	16	11,0	41	29	13,5	9,3	3,0	2,1	8,4	5,8	0,93	0,64
Sweet Buns/Breads																					
Brioche	85	Yes	No	1268	1078	303	258	15	13	9	7,5	33	28	12,0	10,2	0,7	0,6	8,6	7,3	0,30	0,26
Trio of Pancakes	120	Yes	No	1242	1490	298	358	14	16	3	3,1	36	43	14,2	17,0	0,9	1,1	6,7	8,0	1,09	1,31
Waffle	90	Yes	No	1850	1665	441	397	20	18	11	10,0	59	53	30,8	27,7	1,8	1,6	5,8	5,2	0,70	0,63
Cinnamon Roll cuit baked in store with icing	122	Yes	No	1325	1617	315	384	12	15	6	6,7	47	57	23,5	28,7	1,6	2,0	4,9	5,9	0,72	0,88
Cinnamon Roll baked in store	122	Yes	No	1325	1617	315	384	12	15	6	6,7	47	57	24,0	29,0	1,6	2,0	4,9	5,9	0,72	0,90
Cinnamon Roll precooked	100	Yes	No	1618	1618	386	386	16	16	10	10,0	54	54	22,0	22,0	2,1	2,1	6,2	6,2	0,50	0,50
Blueberry scone	80	Yes	No	1651	1321	395	316	21	17	15	12,0	45	36	13,0	10,4	1,9	1,5	6,1	4,9	1,15	0,90
Chocolate scone	80	Yes	No	1900	1520	454	363	24	19	17	13,6	51	41	18,0	14,4	2,6	2,1	6,6	5,3	1,20	1,00
Traybakes																					
Shortbread Millionaire	85	Yes	No	2099	1766	503	423	31	26	18	15,0	51	43	34,0	29,0	0,9	0,8	4,6	3,9	0,28	0,23
Brownie	90	Yes	No	1785	1607	426	383	22	20	13	11,7	50	45	37,0	33,3	2,4	2,2	6,0	5,4	0,30	0,27
Precooked Cookies																					
Chocolate Chip Cookie	80	Yes	No	1990	1592	475	380	22	18	9	7,3	62	50	37,8	30,2	-	-	5,9	4,7	0,76	0,61
Double Chocolate Cookie	80	Yes	No	1898	1518	452	362	19	15	9	7,2	64	51	38,0	30,4	-	-	5,1	4,1	0,64	0,51
White & Macadamia Cookie	80	Yes	No	1971	1577	470	376	22	18	11	8,8	59	47	37,7	30,2	-	-	8,6	6,9	0,57	0,57
Cookie chocol au lait noisette filed	80	Yes	No	2061	1945	492	393	25	20	9	7,3	59	47	38,0	30,0	1,9	1,5	6,9	5,5	0,60	0,50
Baked in store cookies																					
Chocolate Chunk Cookie	85	Yes	No	1983	1686	474	403	24	21	13	10,6	58	49	35,8	30,4	2,8	2,4	4,9	4,2	0,60	0,50
Double Chocolate Cookie	85	Yes	No	1976	1680	472	401	24	21	13	10,9	57	49	38,6	32,8	2,6	2,2	4,9	4,2	0,60	0,50
White Macadamia Cookie	81	Yes	No	1886	1528	450	365	22	18	14	11,3	56	45	37,0	30,0	1,8	1,5	5,2	4,2	0,96	0,78
Hazelnut spread chocolate chip cookie	83	Yes	No	1966	1632	470	390	24	20	9	7,2	56	46	36,3	30,0	1,8	1,5	6,5	5,4	0,60	0,50
Muffins																					
Blueberry muffin filled with blueberry flavor	130	Yes	No	1388	1804	300	434	13	17	3	4,1	49	63	47,0	35,0	-	-	5,8	7,5	0,87	1,10
Chocolate chip muffin with cocoa filling	130	Yes	No	1702	2176	406	519	19	24	5	6,2	52	67	31,0	41,0	-	-	6,3	8,2	1,10	1,40
Double chocolate muffin with dark chocolate filling	130	Yes	No	1581	2055	377	490	17	22	5	6,4	49	64	28,0	36,4	-	-	5,7	7,4	0,97	1,20
Hazelnut muffin with praline filling	130	Yes	No	1712,0	2225,6	409,0	531,7	20,0	26,0	4,9	6,4	50,0	65,0	30,0	39,0	-	-	6,3	4,8	0,9	1,1
Donuts																					
Cristal Donut	65	Yes	No	1839	1195	440	286	26	17	12	8	45	29	15	10	1,0	0,7	6,2	4,0	0,6	0,40
White Donut	75	Yes	No	1895	1232	453	294	28	18	17	11	45	29	21	14	1,1	0,7	5,0	3,3	0,95	0,6
Blueberry Donut	74	Yes	No	1.900,0	1406	455	337	28	21	18	13	45,0	33	26	19,2	1,3	1,0	5,2	4,4	1,3	1
Cocoa filled & iced donut	82	Yes	No	1.796,0	1.473,0	431	353	27	22	12	10	39	32,0	21	17	2,1	1,7	6,7	5,5	1,1	0,9
Cakes																					
Banana Bread	91	Yes	No	1529	1399	365	334	18	16	2	2,1	46	42	30,0	27,3	1,7	1,5	4,8	4,4	0,46	0,42
Carrot Loaf Cake	91	Yes	No	1509	1381	360	329	16	14	3,1	2,9	50	46	35	32	1,1	1,0	4,0	3,6	0,00	0,60
Lemon Loaf Cake	91	Yes	No	1625	1487	388	355	19	17	4,9	4,5	50	46	35	32	1,2	1,10	4,3	3,9	0,46	0,43
Marble hazelnut loaf cake	91	Yes	No	1770	1611	423	385	20	22	7	6,5	50	10	37	34	1,9	1,7	5,2	4,7	0,38	0,35
Round Cakes																					
Cookies & Cream Cake	175	No	No	1503	2630	360	630	21	37	9,4	16,5	37	64	26	46	2,3	4,0	4,6	8,1	0,53	0,93
Raspberry Cheesecake	132	Yes	No	1392	1838	334	441	21	28	12,7	16,8	31	40	20	26	0,6	0,8	5,1	6,7	0,42	0,55
Caramel Cheesecake	132	Yes	No	1478	1957	355	470	24	31	14,1	18,6	29	39	18	24	0,6	0,79	5,4	7,1	0,48	0,63
Raspberry Cheesecake (new recipe)	166	Oui	Non	1354	2280	325	548	22	37	13	22	26	44	16	27	1,0	1,7	5,3	8,8	0,45	0,75
Vanilla CheeseCake	166	Yes	No	1438	2409	346	579	25	42	15	25	24	40	14	23	13,9	23,1	5,9	9,8	0,51	0,85

Chocolate Lover Cake	182	Yes	No	1575	2867	377	686	21	39	10	18,6	42	76	32	59	3,1	5,6	4,7	8,6	0,70	1,30
Apple Pecan Pie	208	Yes	No	1031	2144	246	512	10	21	3,7	7,7	35	73	22	47	2,1	4,40	3	6,2	0,23	0,50
Sandwiches																					
Chicken & Avocado Sandwich	190	No	No	857	1628	205	390	9,2	17,5	1,6	3	22,1	42	1,8	3,4	-	-	7,8	14,8	0,51	0,97
BLT Sandwich	167	No	No	909	1518	219	366	9,9	16,5	1,8	3	22,6	37,7	2,9	4,8	1,4	2,3	6,6	11,0	0,89	1,49
Ham, Cheese & Egg Sandwich	199	No	No	874	1739	210	418	10,2	20,3	2,5	5	19,1	38	1,6	3,2	1,6	3,20	9,5	18,9	1,02	2,03
Beetroot Wrap Chickpae, Houmous & Falafel	164	Yes	No	946	1551	225	369	9,3	15,3	1,7	2,8	26,5	43,5	3	4,9	-	-	7,2	11,8	0,82	1,34
Tomato Wrap No Beef	152	Yes	No	808	1228	193	293	7,8	11,9	1,2	1,8	22,6	34,4	2,8	4,3	2,7	4,1	6,6	10,0	0,92	1,4
Croissant Roll Ham & Cheese	93	No	No	1407	1309	336	312	18,6	17,3	11,3	10,5	30,1	28	5,4	5	-	-	11,4	10,6	1,4	1,3
All Day Breakfast Ciabatta	189	No	No	1015	1918	241	456	10,1	19,1	1,9	3,6	28,7	54,2	1,2	2,3	1,7	3,2	8,3	15,7	1,25	2,36
Brown Ciabatta Tuna Melt	167	No	No	1097	1832	261	436	9,5	15,9	2,4	4	30,8	51,4	1,8	3	-	-	12	20	1,35	2,25
Chipotle Chicken Baguette	180	No	No	999	1798	238	428	9,1	16,4	3,3	5,9	27,6	49,7	1,6	2,9	1,4	2,5	10,3	18,5	1,46	2,63
Focaccia Caprese	171	Ja	Nee	999	1595	223	281	10,1	17,3	3,2	5,5	23,8	40,7	2	3,4	1,8	3,1	8,3	14,2	0,93	1,59
Ciabatta No Beef Mexican	167	Yes	No	888	1483	210	351	3,7	6,2	1,8	3	34,1	56,9	2,8	4,7	1,7	2,8	8,7	14,5	1,3	2,17
Ham & Cheese Toastie	185	No	No	906	1676	217	401	9	16	5	9,6	14	25	2	4	-	-	12,8	23,7	1,30	2,41
Five Cheese Toastie	155	No	No	1013	1570	242	375	10	16	6,2	9,6	16	25	2	3	-	-	11,4	17,7	1,20	1,86
Yoghurts / Fruits Salads																					
Yoghurt Forest Fruit Coulis & Granola	228	Yes	No	542	1236	130	296	6	13,7	3,3	7,5	13,4	30,6	8,6	19,6	1,18	2,7	4,9	11,2	0,091	0,21
Chiapudding Mango	171	Yes	No	573	980	137	234	7,8	13,3	4,3	7,4	11,76	20,1	10,75	18,1	4,3	7,4	3,2	5,5	0,022	0,04
Chiapudding Raspberry	171	Yes	No	547	935	131	224	7,8	13,3	4,3	7,4	9,8	16,8	8,5	14,5	4,4	7,5	3,2	5,5	0,022	0,04
Fruit Salade	150	Yes	Yes	232,8	349	54,92	82	0	0	0,1	0,1	10	15	8	12	-	-	0,6	1,0	<0,01	<0,01
Impulse																					
Gold Coin	23	Yes	No	2180	501	521	120	28	6	16,6	3,8	60	14	59	14	3	0,70	6,1	1,4	0,12	0,01
Caramel Waffles	78	Yes	No	1894	739	452	176	21	8	12,0	4,7	62	24	35	14	1,5	0,60	3	1,2	0,58	0,23
Madeleine	50	Yes	No	1879	940	450	225	26	13	17,0	8,5	51	26	27	14	1,2	0,60	4,9	2,5	0,59	0,30
Madeleine chocolat	50	Yes	No	1967	984	472	236	28	14	18,0	9,0	51	26	30	15	2,2	1,10	4,8	2,4	0,48	0,24
Cookie Straw	20	Yes	No	1902	377	452	90	13	3	7,6	1,5	76	15	47	9	1,5	<0,5	6,9	1,4	0,38	0,08
Short Bread	100	Yes	No	2260	2260	541	541	32	32	20,0	20,0	57	57	19	19	1,9	1,90	5,4	5,4	0,71	0,71
Ready to drink																					
White Peach Ice Tea	300	Yes	Yes	141	423	33	99	0	0	0,0	0,0	8	25	8	25	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,01	0,02
Lemon Mint Ice Tea	300	Yes	Yes	107	321	24	72	0	0	0,0	0,0	6	19	<0,01	<0,01	<0,01	<0,01	0,61	1,8	<0,01	<0,01
Apple Juice 33CL	300	Yes	Yes	170	561	40	132	0	0	0,0	0,0	10	33	10	34	0,1	0,30	0,10	0,3	0,00	0,00
Lemon Citrus 33CL	300	Yes	Yes	187	612	44	144	0	0	0,0	0,0	11	36	11	36	0	0,00	<0,5	<0,5	0,00	0,00
Mixed Berris Smoothie 33CL	300	Yes	Yes	226	751	53	177	<0,5	<0,5	<0,1	<0,1	12	40	12	40	1	3,30	0,8	2,6	<0,01	<0,01
Appel Kiwi Smoothie 33 CL	300	Yes	Yes	173	577	41	136	<0,5	<0,5	0,0	0,0	10	33	10	32	0,6	2,00	<0,5	<0,5	0,00	0,00
Exotic Juice 33CL	300	Yes	Yes	165	544	39	128	0	0	0,0	0,0	10	32	10	32	0	0,00	0	0,0	0,00	0,00
Tropical Smoothie 33 CL	300	Yes	Yes	238	786	56	185	<0,5	<0,5	<0,1	<0,1	13	43	12	40	0,8	2,60	0,6	2,0	0,00	0,00
Orange Juice 33CL	300	Yes	Yes	148	493	35	116	0	0	0,0	0,0	8	8	8	8	0	0,00	0,6	2,0	0,00	0,00
Sides																					
Caramel Sauce	-	Yes	No	1668	-	397	-	16	-	10,0	-	62	-	57	-	0	-	1,3	-	0,50	-
Strawberry jam	15	Yes	Yes	1107	166	260	39	0	0	0,0	0,0	64	10	64	10	1,1	0,17	0,4	0,1	0,00	0,00
Apricot jam	15	Yes	Yes	1107	166	261	39	0	0	0,0	0,0	64	10	64	10	0,9	0,14	0,5	0,1	0,00	0,00
Honey	15	Yes	No	1371	206	323	48	0	0	0,0	0,0	80	12	80	12	0,1	0,00	0,4	0,1	0,00	0,00
Maple syrup	20	Yes	Yes	1129	169	266	40	<0,5	<0,5	<0,5	<0,5	66	10	58	9	-	-	<0,5	<0,5	0,03	0,00
Ketchup	25	Yes	-	435	-	102	-	0	-	<0,1	-	23	-	23	-	-	-	1,2	-	1,80	-