

Produkt			Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate, resorbierbar (g)		davon Zucker (g)		Eiweiss (g)		Salz (g)	
			pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
Standardsalate (ohne Dressing und ohne Brot)	Side Salad		91	46	22	11	0,2	0,1	0,1	0,0	3,5	1,8	2,0	1,0	1,2	0,6	0,0	0,0
	Good Greens		427	1277	103	307	5,3	16,0	0,5	1,4	11,0	32,8	4,0	11,9	2,3	7,0	0,2	0,5
	Falafel Tahini		472	1886	113	453	5,5	21,9	0,6	2,2	11,7	46,6	3,3	13,2	3,3	13,3	0,5	1,9
	Paris		567	1390	137	335	9,8	23,9	4,3	10,6	5,7	14,0	4,2	10,4	6,6	16,2	0,4	1,0
	Avocado Halloumi		503	1527	121	367	8,8	26,6	4,3	13,0	3,0	9,0	1,9	5,9	7,2	21,9	0,7	2,0
	Big Easy Beef		447	1289	107	309	6,3	18,3	1,1	3,2	3,6	10,4	2,0	5,7	8,5	24,5	0,4	1,1
	Caesar Chicken		453	1333	109	320	5,3	15,5	2,1	6,3	5,4	15,8	0,9	2,8	9,7	28,6	0,7	2,1
	planted. Caesar Chicken		558	1640	134	394	7,7	22,5	2,3	6,8	5,2	15,2	0,9	2,8	10,3	30,2	0,8	2,2
	Chicken Vitality		483	1666	116	400	7,5	25,8	3,2	11,0	2,6	8,9	1,3	4,4	9,5	32,8	0,8	2,9
	planted. Chicken Vitality		572	1973	137	474	9,5	32,8	3,4	11,6	2,4	8,2	1,3	4,4	10,0	34,4	0,9	3,1
Dressings	Salmon Spring		538	1833	129	441	7,4	25,2	3,0	10,2	6,8	23,1	1,0	3,5	8,3	28,4	0,9	3,1
	Caesar		1249	999	298	238	30,0	24,0	3,2	2,6	5,1	4,1	4,4	3,5	2,1	1,7	1,1	0,9
	Rucola		1529	1223	365	292	34,1	27,3	2,8	2,2	13,3	10,7	12,5	10,0	1,1	0,9	1,6	1,3
	Tahini Lemon		950	760	227	182	19,4	15,5	1,9	1,5	7,6	6,1	6,1	4,9	4,3	3,4	3,0	2,4
	Honey Mustard		1980	1584	480	384	48,0	38,4	3,9	3,1	11,0	8,8	9,6	7,7	0,7	0,6	2,0	1,6
Brot	Balsamico-Ahorn		1197	958	286	229	26,0	20,8	2,1	1,7	11,0	8,8	5,0	4,0	0,5	0,4	0,6	0,5
	Brot	1 Scheibe	1164	291	276	69	5,4	1,4	0,7	0,2	46,0	11,5	0,8	0,2	8,4	2,1	1,7	0,4
Salate prepacked (Express, mit Dressing, ohne Brot)	Vitality - prepacked		886	2449	212	587	15,2	49,3	3,8	12,8	11,7	17,1	4,3	14,2	6,6	18,5	1,1	2,9
	Caesar Chicken - prepacked		727	2028	174	486	10,8	36,0	2,0	6,8	9,8	12,2	1,8	6,1	9,0	28,2	1,0	2,7
Mix Your Own	Basis - Blattsalatmix		84	84	20	20	0,3	0,3	0,1	0,1	2,8	2,8	0,9	0,9	1,4	1,4	0,1	0,1
	Bowl Basis - Quinoa Vollkornreis		507	1013	121	241	1,5	3,0	0,2	0,4	23,2	46,4	0,3	0,6	3,2	6,4	0,1	0,3
	Bowl-Basis - Jasmin-Duftreis		613	1225	144	288	0,3	0,5	0,0	0,1	32,4	64,8	0,1	0,2	2,8	5,7	0,0	0,0
	Basis - Birne		241	121	57	29	0,3	0,2	0,0	0,0	12,4	6,2	10,2	5,1	0,5	0,3	0,0	0,0
	Basis - Croûtons		1905	286	454	68	17,9	2,7	9,2	1,4	60,5	9,1	4,1	0,6	11,1	1,7	2,5	0,4
	Basis - Crunchy Onions		2450	245	590	59	44,0	4,4	21,0	2,1	40,0	4,0	9,0	0,9	6,0	0,6	1,2	0,1
	Basis - Edamame		562	169	134	40	6,0	1,8	0,8	0,2	5,1	1,5	0,0	0,0	14,0	4,2	0,0	0,0
	Basis - Erdnüsse		2569	385	620	93	51,0	7,7	8,3	1,2	9,6	1,4	5,2	0,8	27,0	4,1	1,0	0,2
	Basis - Freilandeier		638	262	153	63	11,0	4,5	3,3	1,4	0,6	0,2	0,5	0,2	13,0	5,3	0,4	0,2
	Basis - Frühlingszwiebeln		196	20	47	5	0,3	0,0	0,1	0,0	8,5	0,9	6,5	0,7	0,9	0,1	0,0	0,0
	Basis - Granatapfelkerne		327	33	76	8	0,6	0,1	0,1	0,0	16,1	1,6	16,1	1,6	0,7	0,1	0,0	0,0
	Basis - Gurken		50	15	12	4	0,2	0,1	0,1	0,0	1,8	0,5	1,8	0,5	0,6	0,2	0,0	0,0
	Basis - Karotten		137	41	33	10	0,2	0,1	0,0	0,0	6,8	2,0	6,3	1,9	0,8	0,2	0,0	0,0
	Basis - Kirschtomaten		79	32	19	8	0,0	0,0	0,0	0,0	3,0	1,2	2,0	0,8	1,0	0,4	0,0	0,0
	Basis - Kürbis		192	163	46	39	2,1	1,7	0,1	0,1	4,5	3,8	3,8	3,2	1,1	0,9	0,3	0,2
	Basis - Kürbis-Sonnenblumkern-Mix		2657	266	643	64	56,6	5,7	9,7	1,0	4,3	0,4	2,5	0,3	25,3	2,5	0,1	0,0
	Basis - Mango		257	129	60	30	0,5	0,3	0,1	0,1	12,5	6,3	12,5	6,3	0,6	0,3	0,0	0,0
	Basis - Miso Mayo		2212	442	536	107	55,4	11,1	3,9	0,8	7,1	1,4	4,7	0,9	1,6	0,3	1,6	0,3
	Basis - Oliventapenade		1057	106	257	26	26,0	2,6	3,6	0,4	3,0	0,3	0,1	0,0	1,2	0,1	4,0	0,4
	Basis - Paprika		119	24	29	6	0,4	0,1	0,1	0,0	4,9	1,0	4,7	0,9	1,2	0,2	0,0	0,0
	Basis - Cranberries		690	207	162	49	0,2	0,1	0,1	0,0	38,7	11,6	35,4	10,6	0,1	0,0	0,0	0,0
	Basis - Rote Bete		180	90	43	21	0,4	0,2	0,2	0,1	7,1	3,6	6,7	3,4	1,4	0,7	0,2	0,1
	Basis - Rotkohl mariniert		155	47	38	11	1,8	0,5	0,3	0,1	3,5	1,1	3,3	1,0	1,5	0,4	0,3	0,1
	Basis - Walnüsse		2738	411	663	99	64,0	9,6	5,0	0,8	13,7	2,1	2,6	0,4	14,8	2,2	0,0	0,0
	Basis - Weintrauben		294	147	70	35	0,3	0,2	0,1	0,1	15,2	7,6	15,1	7,6	0,7	0,4	0,0	0,0
	Extra - Avocado		579	145	138	35	12,5	3,1	2,1	0,5	3,6	0,9	0,4	0,1	1,4	0,4	0,0	0,0
	Extra - Falafel		937	815	224	195	11,8	10,3	1,1	1,0	22,6	19,7	1,8	1,6	6,4	5,5	0,9	0,8
	Extra - Italian Hardcheese Flakes		1537	231	378	57	28,0	4,2	20,0	3,0	0,6	0,1	0,0	0,0	31,0	4,7	1,4	0,2
	Extra - Grillgemüse		389	323	93	77	4,3	3,6	0,4	0,3	9,3	7,7	9,3	7,7	3,7	3,1	0,0	0,0
	Extra - Hähnchen-Filetstreifen		530	440	126	105	4,6	3,8	0,5	0,5	2,9	2,4	0,3	0,2	18,3	15,2	1,5	1,3
	Extra - Hummus		865	346	208	83	14,0	5,6	1,1	0,4	16,0	6,4	2,7	1,1	5,6	2,2	1,1	0,4
	Extra - Halloumi		1468	1218	353	293	27,8	23,1	14,8	12,3	2,3	1,9	2,3	1,9	23,5	19,5	2,3	1,9
	Extra - Lachs		735	441	176	106	9,2	5,5	1,5	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	23,2	13,9	2,2	1,3
	Extra - planted.chicken		900	747	216	179	13,1	10,8	1,2	1,0	2,1	1,8	0,3	0,2	20,2	16,8	1,7	1,4
	Extra - Roast Potatoes		679	563	163	136	6,4	5,3	0,4	0,4	22,0	18,3	1,4	1,1	2,8	2,3	0,4	0,4
	Extra - Rinderstreifen		682	566	164	136	10,1	8,4	2,0	1,7	1,0	0,8	0,7	0,6	17,2	14,2	1,1	0,9
	Extra - Schafskäse		1114	557	269	135	22,8	11,4	16,2	8,1	0,8	0,4	0,8	0,4	15,7	7,9	2,8	1,4
	Extra - Süßkartoffel Chunks		653	542	157	130	6,4	5,3	0,6	0,5	22,6	18,8	4,7	3,9	1,9	1,6	0,3	0,3
	Extra - Ziegenkäse		1208	725	291	175	23,0	13,8	16,1	9,7	1,0	0,6	1,0	0,6	20,0	12,0	1,5	0,9

Produkt			Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate, resorbierbar (g)		davon Zucker (g)		Eiweiss (g)		Salz (g)	
			pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
Bowls (inkl. Basis und Sauce)	Salmon Avocado Bowl		686	3348	165	803	9,2	45,1	1,4	7,0	13,9	67,8	3,0	8,2	5,8	28,2	0,6	2,9
	California Poke Bowl		806	4159	192	990	11,8	60,8	1,4	7,5	16,6	85,5	2,8	14,7	4,5	23,4	0,9	4,7
	Japanese Beef Bowl		793	4284	189	1021	11,8	63,7	1,3	6,8	15,4	83,0	2,8	15,3	5,0	27,0	0,8	4,3
	Crunchy Chicken Bowl		615	3279	147	785	7,5	39,8	1,1	6,0	14,0	74,6	3,8	20,3	5,4	29,0	0,5	2,8
	Crunchy planted.chicken Bowl		673	3586	161	860	8,8	46,9	1,2	6,5	13,9	74,0	3,8	20,3	5,7	30,6	0,5	2,9
	Chicken Teriyaki Bowl		532	2685	126	637	4,2	21,4	0,4	1,9	16,9	85,1	3,3	16,6	4,8	24,0	1,0	4,9
	Planted.chicken Teriyaki Bowl		593	2992	141	711	5,6	28,5	0,5	2,4	16,7	84,5	3,3	16,6	5,1	25,6	1,0	5,1
	Avocado Chicken Bowl		488	2395	116	571	5,4	26,4	0,5	2,6	12,0	58,7	1,3	6,4	4,8	23,3	0,6	3,1
	Avocado planted.chicken Bowl		550	2702	131	645	6,8	33,4	0,6	3,2	11,8	58,1	1,3	6,4	5,1	24,9	0,7	3,3
	Vegan Falafel Bowl		545	2910	130	696	6,7	35,5	0,6	3,1	14,1	75,4	2,5	13,4	2,9	15,5	0,6	3,1
Bowl Saucen	Veggie Buddha Bowl		659	3676	158	883	8,7	48,3	0,9	4,8	16,2	90,2	4,4	24,7	3,5	19,6	0,3	2,0
	Soja Sesam Sauce		1493	1194	361	289	33,0	26,4	3,4	2,7	13,0	10,4	12,0	9,6	1,8	1,4	1,3	1,0
	Lemon Herbs Sauce		867	694	207	166	20,3	16,2	1,5	1,2	6,2	5,0	3,5	2,8	0,3	0,2	1,9	1,5
	Teriyaki Sauce		1071	857	256	205	19,9	15,9	1,4	1,1	16,6	13,3	16,1	12,9	1,8	1,4	4,4	3,5
Bowl Basis	Spicy Ginger Sauce		1810	1448	432	346	44,0	35,2	3,6	2,9	7,3	5,8	6,0	4,8	1,7	1,4	3,1	2,5
	Quinoa Vollkornreis Mix		507	1013	121	241	1,5	3,0	0,2	0,4	23,2	46,4	0,3	0,6	3,2	6,4	0,1	0,3
	Jasmin-Duftreis		613	1225	144	288	0,3	0,5	0,0	0,1	32,4	64,8	0,1	0,2	2,8	5,7	0,1	0,0
cold Bowls (Express)	Black Rice Crunchy Chicken Bowl		662	3076	158	734	7,9	36,5	1,3	5,9	15,3	71,2	4,3	20,1	5,9	27,2	0,7	3,4
	Black Rice Avocado Chicken Bowl		527	2171	125	515	5,6	23,1	0,6	2,5	13,2	54,3	1,4	5,6	5,2	21,5	0,9	3,7
	Black Rice Salmon Avocado		770	3256	184	779	10,6	44,8	1,7	7,1	15,2	64,4	3,5	14,7	6,3	26,5	0,8	3,5
	Vegan Falafel Bulgur Bowl		588	2828	141	677	7,0	33,6	0,6	3,0	14,9	71,7	3,0	14,6	3,7	17,7	0,8	3,9
	Veggie Buddha Bulgur Bowl		706	3458	170	831	9,1	44,6	0,9	4,5	17,2	84,2	5,2	25,7	4,2	20,6	0,5	2,6
Curries (Catering)	Korma Curry - vegetarisch		545	2604	129	619	3,3	15,9	0,9	4,4	20,8	99,5	2,7	12,7	3,6	17,1	0,6	3,0
	Korma Curry - Chicken		549	2695	130	640	3,2	15,9	0,8	3,8	19,1	93,6	2,0	10,1	5,9	28,8	0,7	3,6
	Korma Curry - planted.chicken		611	3002	145	714	4,7	22,9	0,9	4,4	18,9	92,9	2,0	10,1	6,2	30,4	0,8	3,8
Curry (mit Reis)	Mango Chicken Curry		545	3219	130	766	4,9	28,9	1,5	8,9	15,5	91,5	2,9	16,9	5,3	31,4	0,5	3,0
	Mango planted.chicken Curry		597	3526	142	840	6,1	35,9	1,6	9,5	15,4	90,9	2,9	16,9	5,6	33,0	0,5	3,1
	Yellow Avocado Curry		544	2897	129	689	5,2	27,7	1,9	10,4	17,4	92,8	3,1	16,4	2,5	13,1	0,3	1,6
	Red Thai Chicken Curry		488	2811	116	669	3,7	21,4	2,2	13,0	15,0	86,5	2,8	16,3	5,0	29,0	0,7	4,3
	Red Thai planted.chicken Curry		541	3118	129	743	4,9	28,4	2,3	13,5	14,9	85,9	2,8	16,3	5,3	30,6	0,8	4,4
	Asian Beef Curry		556	3230	133	771	5,6	32,4	2,6	15,3	14,8	86,2	3,1	18,1	5,1	29,4	0,7	4,0
Kindergerichte	Mini Falafel Plate		743	1516	178	363	8,6	17,6	0,8	1,6	19,6	40,0	2,4	4,8	5,1	10,5	0,8	1,7
	Mini Chicken Bowl		711	1684	169	401	7,2	17,0	0,7	1,8	20,1	47,7	3,0	7,2	5,6	13,4	0,5	1,1
Sandwiches	Avocado Mozzarella		814	1917	193	456	7,7	18,2	3,4	8,1	22,2	52,3	1,8	4,3	7,3	17,2	0,8	1,9
	Chicken Avocado		704	1782	167	422	5,2	13,2	1,8	4,6	21,1	53,4	1,7	4,3	7,5	18,9	0,9	2,3
	Vegan Sweet Potato		1049	2129	250	508	11,6	23,5	1,2	2,4	29,6	60,2	2,4	4,8	5,3	10,7	1,0	2,1
	Grilled Veggie		922	2651	220	631	11,7	33,6	3,4	9,6	19,8	57,0	3,0	8,7	7,6	21,8	0,7	2,0
Wraps	Caesar		699	1559	155	346	8,0	17,8	2,9	6,5	11,4	25,4	2,2	4,8	8,6	19,3	0,9	2,0
	Paris		868	2002	197	453	11,7	27,0	3,7	8,5	15,8	36,4	6,9	15,8	6,2	14,2	0,8	1,8
	Vegan Falafel		615	1430	135	313	5,3	12,4	0,6	1,4	16,7	38,8	3,1	7,3	4,1	9,6	0,9	2,2
	Teriyaki Salmon		685	1377	150	302	6,8	13,7	2,0	4,0	13,9	27,9	3,9	7,8	7,3	14,7	1,2	2,4
	Caesar Chicken		756	2294	163	494	6,6	19,9	2,5	7,6	15,5	47,0	2,1	6,5	9,3	28,3	1,0	3,1
	Falafel Mezze		783	2062	166	438	5,7	15,0	0,7	1,8	21,2	55,9	2,9	7,7	5,6	14,8	1,1	2,8
	Veggie Goat		980	2773	215	610	10,9	30,7	3,7	10,4	20,9	59,2	6,7	19,0	7,3	20,8	0,9	2,6
	Japanese Salmon		813	2123	173	452	6,6	17,1	2,0	5,3	18,5	48,2	3,2	8,5	8,7	22,8	1,2	3,2
Flatbreads	Grillgemüse Mozzarella		775	1334	170	292	7,7	13,2	4,2	7,2	16,3	28,0	4,6	7,9	7,9	13,5	1,5	2,5
	Olive Schafskäse		831	1230	181	268	9,3	13,8	4,6	6,8	15,8	23,4	2,2	3,3	7,2	10,7	1,3	2,0
	Pesto Chicken		952	1780	213	398	12,3	23,1	4,2	7,8	13,9	26,0	2,4	4,5	10,7	20,0	1,4	2,6
	Creamy Koriander Avocado		716	1167	154	252	7,0	11,3	2,9	4,8	15,9	25,9	2,8	4,6	5,7	9,3	1,3	2,1
Hot Wraps	Hot Grilled Beef Wrap		961	3249	214	724	11,7	39,7	1,7	5,6	18,9	64,0	1,9	7,3	7,2	24,2	1,1	3,7
	Hot Chicken Teriyaki Wrap		784	2470	169	533	5,4	17,0	1,3	4,2	21,5	67,7	3,5	11,0	7,5	23,7	1,4	4,4
	Hot Sweet Honey Mustard Wrap		999	3207	222	714	11,3	36,3	2,3	7,5	23,7	76,2	3,4	11,0	5,4	17,3	1,2	3,8

Produkt			Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate, resorbierbar (g)		davon Zucker (g)		Eiweiss (g)		Salz (g)	
			pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
Frühstück	Vegan Avocado Toast		701	985	166	234	7,3	10,2	1,2	1,7	18,9	26,5	0,9	1,3	4,5	6,3	0,7	1,0
	Avocado Toast mit Spiegelei		686	1355	163	322	8,4	16,6	1,8	3,5	13,6	26,9	0,8	1,5	7,0	13,8	0,6	1,2
	Salmon Avocado Toast		779	1094	185	260	8,1	11,3	1,3	1,8	18,4	25,8	0,6	0,8	8,0	11,3	1,1	1,6
	Salmon Avocado Toast mit Spiegelei		741	1464	176	348	9,0	17,7	1,9	3,7	13,3	26,2	0,5	1,0	9,5	18,7	0,9	1,7
	Hummus Toast mit Schafskäse		807	1383	193	330	9,2	15,8	2,5	4,3	20,3	34,8	1,9	3,3	6,6	11,4	0,9	1,6
	Hummus Toast mit Spiegelei		767	1753	183	419	9,7	22,1	2,7	6,2	15,4	35,2	1,5	3,5	8,3	18,9	0,8	1,8
	Salsa & Egg Bowl		451	1281	107	305	5,1	14,5	1,1	3,1	10,5	29,8	1,3	3,8	4,3	12,3	0,4	1,1
	Mango Traube Porridge		408	1013	97	240	2,0	5,0	0,4	0,9	15,6	38,8	5,1	12,7	2,9	7,1	0,1	0,2
	Granola Apfel Porridge		497	1391	118	331	2,5	6,9	0,5	1,5	19,8	55,3	6,3	17,6	3,0	8,4	0,1	0,2
	Apfel Zimt Porridge		484	1167	115	278	3,9	9,5	0,4	1,1	16,0	38,6	3,8	9,1	3,1	7,6	0,1	0,2
Sweets	Bircher Müsli		515	1083	123	258	4,6	9,8	1,1	2,3	15,1	31,9	8,4	17,7	4,1	8,5	0,1	0,1
	Mango Kokosmilchreis		535	1075	128	257	6,4	12,9	5,4	10,8	15,3	30,7	9,4	18,9	2,0	4,0	0,1	0,1
	Açaí Smoothie Bowl		479	865	114	206	2,9	5,3	0,8	1,4	18,3	33,0	11,1	20,0	2,3	4,2	0,0	0,1
	Tropical Mango Smoothie Bowl		383	615	91	146	2,3	3,7	0,7	1,2	15,5	24,9	10,0	16,0	1,3	2,1	0,1	0,1
	Chocolate Banana Smoothie Bowl		445	877	106	209	3,3	6,5	1,2	2,4	14,6	28,7	10,3	20,2	2,6	5,1	0,1	0,1
Muffins, Kuchen & Croissants	Double Chocolate Muffin (vegan)		1485	1931	355	462	17,0	22,1	4,3	5,6	42,0	54,6	27,0	35,1	6,5	8,5	0,8	1,0
	Blueberry Muffin		1518	1898	363	454	18,3	22,9	3,0	3,8	43,7	54,6	21,6	27,0	5,4	6,8	1,0	1,2
	Himbeer Mandel Brownie		1462	1279	350	306	17,7	15,5	4,1	3,6	40,9	35,8	32,0	28,0	4,8	4,2	0,2	0,2
	Bananabread		1484	1425	355	341	18,9	18,1	1,6	1,5	40,7	39,1	23,3	22,4	4,5	4,3	0,3	0,3
	Carrot Cake		1620	1085	389	261	26,0	17,4	8,7	5,8	33,7	22,6	22,4	15,0	4,6	3,1	1,1	0,7
	Croissant (vegan)		1466	1026	350	245	18,0	12,6	9,1	6,4	39,0	27,3	6,8	4,8	7,0	4,9	0,7	0,5
	Pain au Chocolat (vegan)		1555	1244	372	298	19,0	15,2	9,7	7,8	42,0	33,6	11,0	8,8	6,9	5,5	0,7	0,5
Lunchbox (Catering)	Lunchbox Chicken	Salat, Shot, Wrap, Brownie	784	3547	181	820	9,3	42,3	1,8	8,1	18,0	81,6	8,3	37,7	5,4	24,4	0,7	3,4
	Lunchbox Veggie	Salat, Shot, Sandwich	831	4194	198	1001	9,5	47,7	2,6	13,1	21,4	108,0	7,8	39,2	5,5	27,7	0,7	3,7
	Lunchbox vegan	Salat, Shot, Sandwich	1008	4190	241	1002	12,7	52,8	1,2	4,9	26,3	109,5	7,4	30,6	4,1	17,0	0,6	2,7
Smoothies	Açaí Sunrise	0,4l	214	899	51	216	0,3	1,2	0,1	0,4	10,6	44,6	9,6	40,4	0,8	3,5	0,0	0,0
	Mango Passion	0,4l	230	1186	55	283	0,2	1,0	0,0	0,2	12,0	61,6	11,4	58,6	0,7	3,6	0,0	0,0
	Green Machine	0,4l	182	757	43	180	0,1	0,6	0,0	0,1	9,2	38,3	8,5	35,5	0,7	3,1	0,0	0,0
Lemonade	Ingwer Lemongras	0,3l	135	430	30	97	0,0	0,1	0,0	0,0	7,2	22,8	7,1	22,8	0,1	0,2	0,0	0,0
Kaffee...	Espresso		2	1	1	0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Espresso doppio		1	1	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Espresso Macchiato		73	51	17	12	0,6	0,4	0,4	0,3	1,8	1,2	1,8	1,2	1,2	0,9	0,0	0,0
	Espresso Macchiato mit Haferdrink		72	51	17	12	0,5	0,4	0,1	0,1	2,7	1,9	1,9	1,3	0,3	0,2	0,0	0,0
	Kaffee		1	1	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Cappuccino mit Milch		156	336	37	80	1,2	2,6	0,8	1,7	3,9	8,3	3,9	8,3	2,7	5,8	0,1	0,2
	Cappuccino mit Haferdrink		155	333	36	78	1,1	2,4	0,2	0,4	6,0	12,9	4,1	8,8	0,6	1,2	0,1	0,2
	Flat White mit Milch		125	303	30	72	1,0	2,3	0,6	1,5	3,1	7,5	3,1	7,5	2,1	5,2	0,1	0,2
	Flat White mit Haferdrink		123	300	29	71	0,9	2,2	0,1	0,3	4,8	11,6	3,3	8,0	0,4	1,1	0,1	0,2
	Latte Macchiato mit Milch		159	369	38	88	1,2	2,8	0,8	1,9	3,9	9,2	3,9	9,2	2,7	6,4	0,1	0,2
	Latte Macchiato mit Haferdrink		158	366	37	86	1,1	2,6	0,2	0,4	6,1	14,2	4,2	9,7	0,6	1,3	0,1	0,2
	Caffè Latte mit Milch		95	236	23	56	0,7	1,8	0,5	1,2	2,4	5,9	2,4	5,9	1,6	4,1	0,1	0,2
	Caffè Latte mit Haferdrink		94	233	22	55	0,7	1,7	0,1	0,2	3,6	9,1	2,5	6,2	0,3	0,9	0,1	0,2
	frischer Minztee		4	15	1	4	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1	0,1	0,3	0,0	0,0
	Iced Strawberry Matcha Latte mit Milch		166	687	39	164	0,8	3,2	0,5	2,1	6,0	24,9	6,0	24,9	1,9	7,9	0,1	0,3
	Iced Strawberry Matcha Latte mit Haferdrink		165	683	39	162	0,7	3,0	0,1	0,5	7,3	30,3	6,1	25,5	0,6	2,5	0,1	0,3
	Iced Matcha Latte mit Milch		171	711	41	170	0,9	3,8	0,6	2,5	5,9	24,6	5,9	24,6	2,2	9,2	0,1	0,3
	Iced Matcha Latte mit Haferdrink		170	706	40	167	0,8	3,5	0,1	0,5	7,5	31,3	6,1	25,3	0,6	2,5	0,1	0,3
	Hot Matcha Latte mit Milch		248	731	59	174	1,3	3,9	0,9	2,6	8,5	25,0	8,5	25,0	3,2	9,6	0,1	0,3
	Hot Matcha Latte mit Haferdrink		246	726	58	172	1,2	3,6	0,2	0,5	10,9	32,1	8,8	25,8	0,9	2,6	0,1	0,3
Bar	Crodino Spritz		101	273	24	65	0,0	0,0	0,0	0,0	5,9	15,8	5,9	15,8	0,0	0,1	0,0	0,0

Produkt		Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate, resorbierbar (g)		davon Zucker (g)		Eiweiss (g)		Salz (g)	
		pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
Seasonals	Kürbis Ziegenkäse Salat ohne Dressing	465	1790	112	429	6,7	25,8	2,8	10,7	7,9	30,4	6,2	24,0	4,5	17,5	0,3	1,3
	Kürbis Ziegenkäse Salat mit Dressing	758	2943	181	705	11,3	49,6	2,8	12,6	14,5	44,5	7,8	35,8	5,1	19,6	0,6	2,0
	Yellow Kürbis Curry	492	2671	117	636	4,3	23,2	1,5	8,1	16,6	90,1	3,4	18,6	2,3	12,4	0,3	1,7
	Yellow Kürbis Curry Chicken	497	3111	118	740	4,3	27,0	1,4	8,6	14,8	92,5	3,0	18,9	4,4	27,6	0,5	3,0
	Yellow Kürbis Curry planted.chicken	546	3418	130	815	5,4	34,0	1,5	9,1	14,7	91,8	3,0	18,9	4,7	29,2	0,5	3,2
	Yellow Kürbis Curry Beef	517	3237	123	771	5,0	31,5	1,6	9,8	14,5	90,9	3,1	19,2	4,3	26,7	0,4	2,6
Weitere Specials	Little Italy Snack Bowl mit Sauce	917	1576	218	376	11,4	19,7	1,6	2,7	21,8	37,6	3,4	5,8	5,6	9,6	0,7	1,1
	Burrata Pasta Bowl mit Sauce	865	4066	207	972	13,6	64,1	3,8	18,0	13,4	63,1	3,0	14,3	6,7	31,4	0,6	2,7
	Mediteraner Feta Snack Salad mit Dressing	616	985	148	237	12,3	19,6	4,6	7,4	4,5	7,2	4,0	6,4	4,7	7,6	1,1	1,7
	Red Berry Yoghurt	548	1041	132	250	7,7	14,6	4,7	8,9	11,5	21,8	7,2	13,7	3,7	7,0	0,1	0,2
	Ocean Smoothie Bowl	525	925	126	221	4,8	8,5	3,6	6,3	17,0	29,9	11,1	19,6	1,7	3,0	0,1	0,1
	Golden Milk Overnight Oats	538	1167	129	279	6,0	13,0	2,1	4,5	13,1	28,5	2,3	5,0	4,4	9,5	0,1	0,2
	Peanut Chocolate Banana Overnight Oats	759	1502	181	358	8,3	16,5	1,3	2,6	19,3	38,2	8,0	15,9	5,6	11,0	0,1	0,2
	Acai Smoothie Bowl	615	1082	147	258	5,3	9,4	3,1	5,5	20,5	36,1	13,3	23,5	1,8	3,1	0,0	0,1
	XL Chicken `n Eggs Bowl	576	5520	137	1309	4,8	46,2	0,5	5,2	17,5	167,3	3,2	30,7	5,5	52,4	1,0	10,0
	XL planted Chicken `n Eggs Bowl	640	6134	152	1458	6,3	60,3	0,7	6,3	17,3	166,1	3,2	30,7	5,8	55,6	1,1	10,3
	XL Protein Power Bowl	583	5933	139	1417	6,4	65,4	0,6	6,1	14,7	149,6	1,9	19,4	5,1	51,6	0,7	7,2
	XL Chicken Protein Power Bowl	522	5319	125	1268	5,0	51,3	0,5	5,0	14,8	150,9	1,9	19,4	4,8	48,4	0,7	6,8
	San Sebastian Cheesecake	1275	1211	307	292	22,6	21,5	15,3	14,5	21,2	20,1	19,9	18,9	4,7	4,5	0,5	0,5
	Apple Tartlets**	884	1061	210	252	7,3	8,8	5,1	6,1	34,0	40,8	22,0	26,4	1,9	2,3	0,1	0,2
	Banana-Walnut Bread	1802	1802	431	431	27,0	27,0	2,5	2,5	43,0	43,0	24,0	24,0	4,8	4,8	0,5	0,5
	Cinnamon Swirl	1197	1317	285	313	6,6	7,3	3,8	4,2	49,2	54,1	16,2	17,8	5,9	6,5	1,2	1,3
	Porridge Bread	1809	1538	433	368	22,0	18,7	2,5	2,1	48,0	40,8	27,0	23,0	8,2	7,0	0,6	0,5
	Prepacked planted.kebab Bowl	648	3097	155	741	8,5	40,7	0,8	3,7	13,2	63,3	2,5	12,1	5,6	26,8	0,8	4,0
	Golden Christmas Curry	614	3111	146	743	6,8	34,4	2,9	14,9	18,4	93,4	3,8	19,1	2,3	11,7	0,7	3,6
	Golden Christmas Curry planted.duck	617	3619	147	864	6,3	37,0	2,6	15,3	16,8	98,9	3,9	22,7	4,8	28,5	0,9	5,2
	Golden Christmas Curry Chicken	586	3440	140	820	6,0	35,2	2,6	15,2	16,3	95,8	3,3	19,4	4,6	26,9	0,8	4,9
	Golden Christmas Curry planted.chicken	638	3747	152	895	7,2	42,2	2,7	15,7	16,2	95,2	3,3	19,4	4,8	28,5	0,9	5,0
	Golden Christmas Curry Beef	608	3566	145	852	6,8	39,8	2,8	16,4	16,1	94,2	3,4	19,7	4,4	25,9	0,8	4,5
	Christmas Bowl	514	2339	122	554	1,9	8,8	0,2	0,9	22,1	100,5	8,6	39,0	2,5	11,4	0,9	4,2
	Christmas Bowl with planted.duck	532	2847	126	675	2,1	11,3	0,2	1,2	19,8	106,0	8,0	42,6	5,3	28,2	1,1	5,8
	Christmas Bowl Beef	522	2794	124	663	2,6	14,1	0,4	2,3	18,9	101,3	7,4	39,6	4,8	25,7	0,9	5,0
	Christmas Bowl Chicken	499	2668	118	632	1,8	9,6	0,2	1,1	19,2	102,9	7,3	39,3	5,0	26,6	1,0	5,4
	Christmas Bowl planted.chicken	556	2975	132	706	3,1	16,6	0,3	1,7	19,1	102,3	7,3	39,3	5,3	28,2	1,0	5,6
	BBQ Pulled Chicken Sandwich	755	2817	182	677	7,8	28,9	2,7	10,1	17,7	66,1	4,6	17,3	9,3	34,6	1,7	6,2
	Avocado Aioli Sandwich	844	2447	204	591	11,9	34,5	1,2	3,4	18,9	54,9	1,8	5,4	4,1	11,8	1,1	3,2
	Truffel Caesar Chicken Sandwich	774	2655	187	640	9,1	31,4	2,3	7,7	16,0	54,8	1,6	5,6	9,3	31,9	1,5	5,3
	Curcuma Load	584	1186	141	286	8,5	17,3	0,6	1,3	13,3	26,9	1,4	2,9	1,8	3,6	0,4	0,9
	Sourdough Bread (eine Scheibe)	922	461	223	112	3,2	1,6	0,4	0,2	39,0	19,5	1,7	0,9	7,8	3,9	1,7	0,9

Bei den angegebenen Werten handelt es sich um die errechneten Durchschnittswerte. Produkt- und Rezepturänderungen werden regelmäßig aktualisiert.
Irrtümer und Druckfehler sind vorbehalten. Nicht alle Produkte sind in allen Stores erhältlich.

** Mit Antioxidationsmittel