

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	429	1284	103	309	5,4	16,1	0,5	1,4	11,0	32,8	4,0	11,9	2,3	7,0	0,1	0,4	
	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	
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		
Dressings	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	
	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	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	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - Freilandei	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	
	Basic - Frühlingzwiebeln	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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - Oliventapenade	1425	143	347	35	36,0	3,6	3,9	0,4	1,2	0,1	0,6	0,1	1,5	0,2	1,7	0,2	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - 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	
	Basic - Rotkohl mariniert	178	53	43	13	2,4	0,7	0,3	0,1	3,4	1,0	3,3	1,0	1,5	0,5	0,1	0,0	
	Basic - 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	
	Basic - 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	795	4291	189	1023	11,8	63,9	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	533	2692	126	639	4,3	21,6	0,4	1,9	16,8	85,1	3,3	16,6	4,8	24,0	1,0	4,9	
	Planted.chicken Teriyaki Bowl	594	2999	141	713	5,7	28,7	0,5	2,4	16,7	84,4	3,3	16,6	5,1	25,6	1,0	5,0	
	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	
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		
Bowl Saucen	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	
	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	
Bowl Basis	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	3224	130	767	4,9	29,0	1,5	9,0	15,5	91,5	2,9	16,9	5,3	31,4	0,5	2,9	
	Mango planted.chicken Curry	597	3531	142	842	6,1	36,0	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	489	2816	116	670	3,7	21,5	2,2	13,0	15,0	86,5	2,8	16,3	5,0	29,0	0,7	4,2	
	Red Thai planted.chicken Curry	542	3123	129	744	5,0	28,5	2,3	13,5	14,9	85,8	2,8	16,3	5,3	30,6	0,8	4,4	
	Asian Beef Curry	557	3235	133	772	5,6	32,5	2,6	15,3	14,8	86,1	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	1051	2133	251	509	11,6	23,6	1,2	2,4	29,6	60,2	2,4	4,8	5,3	10,7	1,0	2,0	
	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	616	1433	135	314	5,4	12,5	0,6	1,4	16,7	38,8	3,1	7,3	4,1	9,6	0,9	2,2	
	Teriyaki Salmon	686	1380	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	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!
	Falafel Mezze	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!
	Veggie Goat	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!
	Japanese Salmon	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!
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	856	1267	187	277	10,0	14,8	4,6	6,9	15,7	23,2	2,3	3,4	7,2	10,7	1,2	1,7	
	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	963	3254	214	725	11,8	39,8	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		784	3550	181	821	9,4	42,4	1,8	8,1	18,0	81,6	8,3	37,7	5,4	24,4	0,7	3,4
	Lunchbox Veggie	Salat, Shot, Wrap, Brownie	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	1010	4196	241	1003	12,8	53,0	1,2	4,9	26,3	109,5	7,4	30,6	4,1	17,0	0,6	2,6
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	
Mediterraner 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	577	5534	137	1313	4,9	46,6	0,5	5,2	17,4	167,3	3,2	30,7	5,5	52,4	1,0	9,9	
XL planted Chicken `n Eggs Bowl	641	6148	152	1462	6,3	60,7	0,7	6,3	17,3	166,0	3,2	30,7	5,8	55,6	1,1	10,2	
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	649	3104	155	743	8,5	40,9	0,8	3,7	13,2	63,2	2,5	12,1	5,6	26,8	0,8	3,9	
Golden Christmas Curry	615	3118	147	744	6,8	34,6	2,9	15,0	18,4	93,4	3,8	19,2	2,3	11,7	0,7	3,5	
Golden Christmas Curry planted.duck	618	3626	147	865	6,3	37,1	2,6	15,3	16,8	98,8	3,9	22,8	4,8	28,5	0,9	5,1	
Golden Christmas Curry Chicken	587	3447	140	822	6,0	35,4	2,6	15,2	16,3	95,8	3,3	19,4	4,6	26,9	0,8	4,8	
Golden Christmas Curry planted.chicken	640	3754	153	896	7,2	42,4	2,7	15,8	16,2	95,1	3,3	19,4	4,8	28,5	0,8	5,0	
Golden Christmas Curry Beef	609	3573	145	853	6,8	39,9	2,8	16,4	16,0	94,2	3,4	19,7	4,4	25,9	0,8	4,4	
Christmas Bowl	459	2089	109	494	1,1	5,2	0,1	0,6	20,8	94,6	7,8	35,3	2,4	10,9	0,7	3,0	
Christmas Bowl with planted.duck	485	2597	115	615	1,4	7,7	0,2	0,9	18,7	100,0	7,3	38,9	5,2	27,7	0,9	4,6	
Christmas Bowl Beef	475	2544	113	603	2,0	10,5	0,4	2,0	17,8	95,4	6,7	35,8	4,7	25,1	0,7	3,8	
Christmas Bowl Chicken	452	2417	107	572	1,1	6,0	0,2	0,8	18,1	97,0	6,6	35,5	4,9	26,1	0,8	4,3	
Christmas Bowl planted.chicken	509	2725	121	646	2,4	13,0	0,3	1,4	18,0	96,3	6,6	35,5	5,2	27,7	0,8	4,4	
BBQ Pulled Chicken Sandwich	743	2587	179	622	8,1	28,1	2,9	10,0	16,2	56,4	4,8	16,8	9,4	32,6	1,7	5,8	
Avocado Aioli Sandwich	836	2217	202	536	12,7	33,7	1,2	3,3	17,1	45,2	1,9	4,9	3,7	9,8	1,1	2,8	
Truffel Caesar Chicken Sandwich	762	2424	184	585	9,6	30,6	2,4	7,6	14,2	45,0	1,6	5,2	9,4	29,9	1,5	4,9	
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