

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		
Salads (ohne Dressing und ohne Brot)	Side Salad	91	46	22	11	0,2	0,1	0,0	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	8,3	23,8	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	541	1843	130	443	7,5	25,6	3,1	10,4	7,1	24,3	1,2	4,1	8,0	27,2	1,0	3,3		
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
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	700	1400	165	330	0,3	0,6	0,0	0,1	37,0	74,0	0,1	0,2	3,2	6,5	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 - Räucherlachs	752	451	180	108	9,9	5,9	1,8	1,1	2,0	1,2	2,0	0,6	21,2	12,7	2,5	1,5	
	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	16,4	13,6	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	688	3358	165	806	9,3	45,5	1,5	7,2	14,1	69,0	3,2	8,2	5,5	27,0	0,6	3,1
	California Poke Bowl	832	4294	198	1023	11,7	60,4	1,5	7,5	18,5	95,7	2,9	15,1	4,4	22,9	0,9	4,8
	Japanese Beef Bowl	818	4416	195	1053	11,7	63,2	1,2	6,7	17,0	92,0	2,8	15,2	5,0	27,1	0,8	4,2
	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	568	2867	135	680	4,3	21,7	0,4	1,9	18,7	94,3	3,3	16,6	4,9	24,8	1,0	4,9
	Planted.chicken Teriyaki Bowl	629	3174	149	754	5,7	28,7	0,5	2,4	18,5	93,7	3,3	16,6	5,2	26,4	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
Bowl Basis	Spicy Ginger Sauce	1748	1398	418	334	43,0	34,4	3,4	2,7	7,0	5,6	5,8	4,6	1,6	1,3	3,0	2,4
	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
cold Bowls (Express)	Jasmin-Duftreis	700	1400	165	330	0,3	0,6	0,0	0,1	37,0	74,0	0,1	0,2	3,2	6,5	0,1	0,0
	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 Salmon Avocado	772	3266	185	782	10,7	45,2	1,7	7,3	15,5	65,6	3,6	15,3	6,0	25,3	0,9	3,7
	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	581	2779	138	660	3,4	16,0	0,9	4,4	22,7	108,7	2,7	12,7	3,7	17,9	0,6	3,0
	Korma Curry - Chicken	584	2870	139	681	3,3	16,0	0,8	3,9	20,9	102,8	2,1	10,1	6,0	29,6	0,7	3,6
Curry (mit Reis)	Korma Curry - planted.chicken	647	3177	154	755	4,7	23,0	0,9	4,4	20,8	102,2	2,1	10,1	6,4	31,2	0,8	3,8
	Mango Chicken Curry	575	3399	137	808	4,9	29,1	1,5	9,0	17,0	100,8	2,9	17,0	5,4	32,2	0,5	2,9
	Mango planted.chicken Curry	627	3706	149	883	6,1	36,1	1,6	9,5	16,9	100,1	2,9	17,0	5,7	33,8	0,5	3,1
	Yellow Avocado Curry	576	3072	137	730	5,2	27,8	1,9	10,4	19,1	102,0	3,1	16,4	2,6	13,9	0,3	1,6
	Red Avocado Curry	572	3050	136	726	5,2	27,9	2,9	15,6	18,5	98,4	3,1	16,5	2,9	15,6	0,6	3,1
	Red Thai Chicken Curry	519	2991	123	711	3,7	21,6	2,3	13,0	16,6	95,7	2,8	16,3	5,2	29,8	0,7	4,2
	Red Thai planted.chicken Curry	573	3298	136	785	5,0	28,6	2,3	13,5	16,5	95,1	2,8	16,3	5,5	31,4	0,8	4,4
	Asian Beef Curry	587	3410	140	813	5,6	32,6	2,6	15,3	16,4	95,4	3,1	18,1	5,1	29,5	0,7	4,0
	Asian Beef Curry yellow Sauce	591	3432	141	817	5,6	32,5	1,7	10,0	17,0	99,0	3,1	17,9	4,8	27,9	4,8	2,5
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	755	1789	180	426	7,2	17,1	0,7	1,8	22,5	53,3	3,0	7,2	5,8	13,8	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
	Smashed Avocado Mozzarella	833	1962	198	467	8,1	19,1	3,5	8,2	22,7	53,5	1,8	4,2	7,3	17,3	0,9	2,2
	Smashed Avocado Chicken	722	1826	171	434	5,6	14,1	1,9	4,8	21,6	54,5	1,6	4,2	7,5	19,0	1,0	2,5
	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
Wraps	Caesar (Catering)	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 (Catering)	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 (Catering)	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 (Catering)	688	1383	151	303	6,9	13,9	2,0	4,0	14,1	28,3	4,0	8,0	7,1	14,3	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	2064	166	438	5,7	15,1	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	
Flatbreads	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 Kebab Wrap	890	2786	195	609	8,0	25,0	0,8	2,4	21,8	68,3	2,3	7,1	7,3	22,9	1,1	3,6
	Hot Chicken Teriyaki Wrap	798	2514	173	544	5,4	17,0	1,3	4,2	22,2	70,0	3,5	11,0	7,6	23,9	1,4	4,4
	Dip: Curcuma Aioli	2303	1842	559	447	59,2	47,4	4,5	3,6	4,8	3,8	3,6	2,9	1,2	1,0	1,2	1,0
	Dip: 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

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		782	1099	185	261	8,2	11,5	1,3	1,9	18,7	26,3	0,8	1,1	7,7	10,8	1,2	1,6
	Salmon Avocado Toast mit Spiegelei		744	1469	177	349	9,1	17,9	1,9	3,8	13,5	26,7	0,6	1,3	9,2	18,2	0,9	1,8
	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		404	1001	96	238	2,0	5,0	0,4	0,9	15,4	38,1	5,1	12,6	2,9	7,1	0,1	0,2
	Granola Apfel Porridge		493	1380	117	328	2,5	6,9	0,5	1,5	19,5	54,7	6,3	17,5	3,0	8,4	0,1	0,2
	Apfel Zimt Porridge		479	1155	114	276	3,9	9,5	0,4	1,1	15,7	37,9	3,7	9,0	3,2	7,6	0,1	0,2
Sweets	Bircher Müsli		583	1227	139	294	6,7	14,0	2,5	5,2	14,9	31,4	8,3	17,5	3,9	8,2	0,1	0,1
	Mango Kokosmilchreis		557	1119	132	265	6,4	12,9	5,4	10,8	15,3	30,7	9,6	19,3	2,0	4,0	0,1	0,1
	Açaí Smoothie Bowl		496	846	118	201	3,4	5,8	0,9	1,4	18,0	30,7	10,6	18,1	2,4	4,1	0,0	0,1
	Red Berry Granola Yoghurt		559	1063	134	255	8,2	15,5	4,8	9,1	11,1	21,2	7,7	14,6	3,7	7,0	0,1	0,2
	Mango Matcha Yoghurt		594	1134	142	272	8,2	15,6	4,8	9,1	13,0	24,8	9,4	17,9	3,7	7,0	0,1	0,2
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		1514	1893	362	453	18,6	23,3	3,1	3,9	42,9	53,6	22,4	28,0	5,2	6,5	1,0	1,3
	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
	Cranberry 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
	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
	Cinnamon Swirl		1197	1436	285	341	6,6	7,9	3,8	4,6	49,2	59,0	16,2	19,4	5,9	7,1	1,2	1,4
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	172	719	41	171	0,1	0,6	0,0	0,1	8,6	36,1	8,4	35,2	0,8	3,2	0,0	0,0
Supplements/Add-Ons	Collagen		1600	160	377	38	0,5	0,1	0,0	0,0	1,4	0,1	0,0	0,0	92,0	9,2	0,2	0,0
	Whey Protein		1654	496	396	119	6,4	1,9	4,4	1,3	5,8	1,7	5,8	1,7	78,0	23,4	0,5	0,2
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	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 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		91	69	22	17	1,2	0,9	0,8	0,6	1,6	1,2	1,6	1,2	1,1	0,9	0,0	0,0
	Espresso Macchiato mit Haferdrink		90	68	22	16	1,1	0,8	0,1	0,1	2,4	1,8	0,9	0,7	0,4	0,3	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		206	453	50	109	2,7	6,0	1,8	3,9	3,6	8,0	3,6	8,0	2,6	5,6	0,1	0,2
	Cappuccino mit Haferdrink		204	450	49	107	2,5	5,5	0,2	0,5	5,4	11,9	2,1	4,6	0,9	1,9	0,1	0,2
	Flat White mit Milch		161	408	39	98	2,1	5,4	1,4	3,5	2,8	7,2	2,8	7,2	2,0	5,1	0,1	0,2
	Flat White mit Haferdrink		160	405	38	97	1,9	4,9	0,2	0,5	4,2	10,7	1,6	4,1	0,7	1,7	0,1	0,2
	Latte Macchiato mit Milch		210	498	51	120	2,8	6,6	1,8	4,3	3,7	8,8	3,7	8,8	2,6	6,2	0,1	0,2
	Latte Macchiato mit Haferdrink		209	495	50	118	2,5	6,0	0,2	0,6	5,5	13,1	2,1	5,0	0,9	2,1	0,1	0,2
	Caffè Latte mit Milch		118	318	28	76	1,5	4,2	1,0	2,7	2,1	5,6	2,1	5,6	1,5	4,0	0,1	0,2
	Caffè Latte mit Haferdrink		117	315	28	75	1,4	3,8	0,1	0,4	3,1	8,4	1,2	3,3	0,5	1,3	0,0	0,1
	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
Matcha	Iced Strawberry Matcha Latte mit Milch		149	482	36	116	1,9	6,1	1,2	3,9	2,6	8,5	2,5	8,0	1,9	6,2	0,1	0,2
	Iced Strawberry Matcha Latte mit Haferdrink		148	479	35	114	1,7	5,5	0,2	0,5	3,8	12,4	1,4	4,6	0,8	2,5	0,1	0,2
	Iced Matcha Mango Kokos mit Milch		165	533	39	128	1,9	6,2	1,2	3,9	3,4	11,0	3,2	10,5	2,0	6,4	0,1	0,2
	Iced Matcha Mango Kokos mit Haferdrink		164	530	39	126	1,7	5,6	0,2	0,5	4,6	14,9	2,2	7,1	0,8	2,6	0,1	0,2
	Iced Matcha Latte mit Milch		170	482	41	116	2,1	6,1	1,4	3,9	3,0	8,5	2,2	8,0	2,2	6,2	0,1	0,2
	Iced Matcha Latte mit Haferdrink		169	479	40	114	2,0	5,5	0,2	0,5	4,4	12,4	1,6	4,6	0,9	2,5	0,1	0,2
	Hot Matcha Latte mit Milch		246	575	59	138	3,1	7,3	2,0	4,7	4,3	10,2	4,1	9,6	3,2	7,4	0,1	0,3
	Hot Matcha Latte mit Haferdrink		244	571	58	136	2,8	6,7	0,3	0,6	6,3	14,9	2,4	5,5	1,2	2,9	0,1	0,2
Iced Coffe	Iced Coffee		0	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
	Iced Latte Macchiato mit Milch		127	560	30	135	1,7	7,4	1,1	4,8	2,2	9,9	2,2	9,9	1,6	6,9	0,1	0,3
	Iced Latte Macchiato mit Haferdrink		126	556	30	133	1,5	6,7	0,1	0,6	3,3	14,7	1,3	5,7	0,5	2,3	0,0	0,2
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	Korean BBQ Chicken Bowl inkl. Sauce	508	2611	120	618	1,2	6,2	0,2	0,8	21,8	112,0	6,1	31,3	5,0	25,9	0,9	4,8
	Korean BBQ planted.chicken Bowl inkl. Sauce	568	2919	135	693	2,6	13,2	0,3	1,4	21,7	111,4	6,1	31,3	5,3	27,5	1,0	4,9
	Korean BBQ Beef Bowl inkl. Sauce	533	3269	126	650	2,1	10,7	0,4	2,0	21,5	110,4	6,2	31,6	4,7	24,3	0,8	4,4
	Protein Chicken Bowl inkl. Sauce	585	3269	139	776	4,2	23,7	0,4	2,1	18,2	101,8	3,0	16,8	6,1	34,4	1,0	5,8
	Protein planted.chicken Bowl inkl. Sauce	640	3576	152	850	5,5	30,7	0,5	2,7	18,1	101,1	3,0	16,8	6,4	36,0	1,1	5,9
	Black Rice Protein Chicken Bowl inkl. Sauce	537	2550	127	606	5,1	24,0	0,5	2,5	14,4	68,6	4,4	21,1	5,7	27,1	1,3	6,3
	Kebab planted.kebab Bowl	643	3571	154	853	8,2	45,5	0,8	4,7	13,2	73,5	2,1	11,6	6,0	33,2	0,6	3,3
	Kebab Beef Bowl	607	3367	145	804	7,7	42,9	1,0	5,4	13,0	72,0	2,1	11,7	5,3	29,2	0,5	2,5
	Kebab Chicken Bowl	584	3241	139	773	6,9	38,3	0,7	4,2	13,3	73,6	2,0	11,3	5,6	30,8	0,5	2,9
	Kebab planted.chicken Bowl	639	3548	153	847	8,2	45,3	0,8	4,7	13,2	73,0	2,0	11,3	5,8	32,4	0,6	3,1
	Chicken Oriental Salad (inkl Dressing)	763	2418	183	579	11,1	40,8	1,7	6,2	12,4	25,9	5,5	21,3	7,5	25,2	0,8	2,1
	Chicken Oriental planted.chicken (inkl. Dressing)	842	2725	201	654	12,9	47,8	1,8	6,7	12,3	25,2	5,5	21,3	7,9	26,8	0,8	2,3
	Apple-Elderflower Dressing	1263	1010	302	242	30,0	24,0	2,4	1,9	7,4	5,9	7,0	5,6	0,5	0,4	0,7	0,6
prepacked planted.Kebab Bulgur 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	
Additional Specials	Ocean Smoothie Bowl	546	906	131	217	5,4	9,0	3,7	6,2	16,9	28,0	11,7	19,4	1,8	2,9	0,0	0,0
	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	627	1104	150	263	5,8	10,3	3,3	5,8	20,2	35,5	13,8	24,4	1,8	3,1	0,0	0,0
	XL Chicken `n Eggs Bowl	614	5884	145	1395	4,9	46,8	0,5	5,2	19,4	185,8	3,2	30,8	5,6	54,0	1,0	9,9
	XL planted Chicken `n Eggs Bowl	678	6498	161	1544	6,3	60,8	0,7	6,3	19,2	184,5	3,2	30,8	6,0	57,2	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	

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