

UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

FRISCHES VORWEG

American Dressing

	Portion
Brennwert [kJ]	428,40
Brennwert [kcal]	103,60
Fett [g]	9,48
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,68
Kohlenhydrate [g]	3,92
davon Zucker [g]	3,72
Eiweiß [g]	0,28
Salz [g]	0,80

French Dressing

	Portion
Brennwert [kJ]	503,50
Brennwert [kcal]	122,00
Fett [g]	12,65
davon gesättigte Fettsäuren [g]	1,10
Kohlenhydrate [g]	1,20
davon Zucker [g]	1,10
Eiweiß [g]	0,55
Salz [g]	0,75

Italian Dressing

	Portion
Brennwert [kJ]	830,00
Brennwert [kcal]	201,60
Fett [g]	21,68
davon gesättigte Fettsäuren [g]	1,52
Kohlenhydrate [g]	1,32
davon Zucker [g]	1,28
Eiweiß [g]	0,10
Salz [g]	0,92

Olivenöl Dressing

	Portion
Brennwert [kJ]	795,20
Brennwert [kcal]	192,80
Fett [g]	20,72
davon gesättigte Fettsäuren [g]	2,60
Kohlenhydrate [g]	1,28
davon Zucker [g]	1,16
Eiweiß [g]	0,04
Salz [g]	0,88

BLOCK HOUSE Salat

	Portion
Brennwert [kJ]	121,00
Brennwert [kcal]	29,36
Fett [g]	0,46
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,00
Kohlenhydrate [g]	2,87
davon Zucker [g]	1,01
Eiweiß [g]	3,12
Salz [g]	0,25

Bruschetta

	Portion
Brennwert [kJ]	755,60
Brennwert [kcal]	180,80
Fett [g]	13,72
davon gesättigte Fettsäuren [g]	1,23
Kohlenhydrate [g]	11,43
davon Zucker [g]	3,09
Eiweiß [g]	2,33
Salz [g]	2,94

Tomaten und Mozzarella

	Portion
Brennwert [kJ]	1.738,00
Brennwert [kcal]	419,90
Fett [g]	34,46
davon gesättigte Fettsäuren [g]	12,81
Kohlenhydrate [g]	14,18
davon Zucker [g]	5,35
Eiweiß [g]	12,07
Salz [g]	2,29

Büsumer Krabben

	Portion
Brennwert [kJ]	1.143,00
Brennwert [kcal]	274,50
Fett [g]	12,10
davon gesättigte Fettsäuren [g]	1,16
Kohlenhydrate [g]	29,20
davon Zucker [g]	3,60
Eiweiß [g]	14,80
Salz [g]	2,40

Tatar vom Weiderind

	Portion
Brennwert [kJ]	1.329,00
Brennwert [kcal]	340,90
Fett [g]	14,26
davon gesättigte Fettsäuren [g]	8,61
Kohlenhydrate [g]	29,40
davon Zucker [g]	5,04
Eiweiß [g]	20,52
Salz [g]	3,31

Tomaten-Gurkensalat

	Portion
Brennwert [kJ]	779,00
Brennwert [kcal]	189,30
Fett [g]	16,26
davon gesättigte Fettsäuren [g]	2,08
Kohlenhydrate [g]	7,02
davon Zucker [g]	6,46
Eiweiß [g]	2,24
Salz [g]	1,04

Caesar Salad

	Portion
Brennwert [kJ]	1.703,00
Brennwert [kcal]	408,10
Fett [g]	33,44
davon gesättigte Fettsäuren [g]	7,34
Kohlenhydrate [g]	12,04
davon Zucker [g]	2,92
Eiweiß [g]	13,66
Salz [g]	2,19

Carpaccio

	Portion
Brennwert [kJ]	1.470,00
Brennwert [kcal]	352,80
Fett [g]	25,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	5,64
Kohlenhydrate [g]	9,54
davon Zucker [g]	1,35
Eiweiß [g]	21,51
Salz [g]	1,30



UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

FEINE SUPPEN

Bull Soup

	Portion
Brennwert [kJ]	952,00
Brennwert [kcal]	227,90
Fett [g]	16,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	3,96
Kohlenhydrate [g]	16,02
davon Zucker [g]	2,70
Eiweiß [g]	4,94
Salz [g]	4,00

Gulaschsuppe

	Portion
Brennwert [kJ]	940,00
Brennwert [kcal]	223,90
Fett [g]	11,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,76
Kohlenhydrate [g]	15,90
davon Zucker [g]	5,10
Eiweiß [g]	14,70
Salz [g]	2,80

Zwiebelsuppe französische Art

	Portion
Brennwert [kJ]	729,00
Brennwert [kcal]	174,40
Fett [g]	11,40
davon gesättigte Fettsäuren [g]	7,20
Kohlenhydrate [g]	5,40
davon Zucker [g]	1,80
Eiweiß [g]	11,40
Salz [g]	4,30

Karotten-Ingwer-Suppe

	Portion
Brennwert [kJ]	1150,00
Brennwert [kcal]	275,90
Fett [g]	20,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	7,96
Kohlenhydrate [g]	20,86
davon Zucker [g]	12,30
Eiweiß [g]	2,94
Salz [g]	3,08

UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

GRÜNE KÜCHE

Garden Potato

	Portion
Brennwert [kJ]	2.753,40
Brennwert [kcal]	652,90
Fett [g]	29,20
davon gesättigte Fettsäuren [g]	6,67
Kohlenhydrate [g]	74,81
davon Zucker [g]	8,57
Eiweiß [g]	18,92
Salz [g]	5,48

Spinat-Gratinée

	Portion
Brennwert [kJ]	2.347,20
Brennwert [kcal]	563,50
Fett [g]	40,56
davon gesättigte Fettsäuren [g]	16,72
Kohlenhydrate [g]	31,05
davon Zucker [g]	7,47
Eiweiß [g]	16,10
Salz [g]	6,23

Die drei Klassiker

	Portion
Brennwert [kJ]	3.658,60
Brennwert [kcal]	874,40
Fett [g]	52,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	10,03
Kohlenhydrate [g]	75,25
davon Zucker [g]	7,27
Eiweiß [g]	23,08
Salz [g]	5,00

Pasta all'arrabiata

	Portion
Brennwert [kJ]	1.965,00
Brennwert [kcal]	466,90
Fett [g]	21,67
davon gesättigte Fettsäuren [g]	3,48
Kohlenhydrate [g]	55,00
davon Zucker [g]	10,31
Eiweiß [g]	11,61
Salz [g]	5,19



UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

UNSERE STEAK-MENÜS

Die Nährwertangaben der folgenden Steak-Menüs gelten nur für das jeweilige Steak OHNE die Beilagen. Für die Angaben zu den Beilagen schauen Sie bitte unter „Zum Dazubestellen“.

MRS. RUMPSTEAK

	Portion
Brennwert [kJ]	1.191,60
Brennwert [kcal]	284,40
Fett [g]	14,40
davon gesättigte Fettsäuren [g]	6,30
Kohlenhydrate [g]	0,00
davon Zucker [g]	0,00
Eiweiß [g]	37,90
Salz [g]	0,20

FILET MIGNON

	Portion
Brennwert [kJ]	1.058,00
Brennwert [kcal]	252,00
Fett [g]	10,80
davon gesättigte Fettsäuren [g]	5,40
Kohlenhydrate [g]	0,00
davon Zucker [g]	0,00
Eiweiß [g]	37,80
Salz [g]	0,18

MR. RUMPSTEAK

	Portion
Brennwert [kJ]	1.655,00
Brennwert [kcal]	395,00
Fett [g]	20,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	8,75
Kohlenhydrate [g]	0,00
davon Zucker [g]	0,00
Eiweiß [g]	52,70
Salz [g]	0,25

AMERICAN TENDERLOIN

	Portion
Brennwert [kJ]	1.470,00
Brennwert [kcal]	350,00
Fett [g]	15,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	7,50
Kohlenhydrate [g]	0,00
davon Zucker [g]	0,00
Eiweiß [g]	52,50
Salz [g]	0,25

HEREFORD RIB-EYE

	Portion
Brennwert [kJ]	2.310,00
Brennwert [kcal]	555,00
Fett [g]	39,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	20,25
Kohlenhydrate [g]	0,00
davon Zucker [g]	0,00
Eiweiß [g]	50,00
Salz [g]	0,25

T-BONE STEAK, 1.1 lb

	Portion
Brennwert [kJ]	2.184,00
Brennwert [kcal]	520,00
Fett [g]	17,60
davon gesättigte Fettsäuren [g]	7,60
Kohlenhydrate [g]	0,00
davon Zucker [g]	0,00
Eiweiß [g]	89,60
Salz [g]	0,40

RIB-EYE MASTERCUT, 12 oz.

	Portion
Brennwert [kJ]	3.234,00
Brennwert [kcal]	777,00
Fett [g]	54,60
davon gesättigte Fettsäuren [g]	28,30
Kohlenhydrate [g]	0,00
davon Zucker [g]	0,00
Eiweiß [g]	70,00
Salz [g]	0,35

UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

FRISCHE KÜCHE

Putenmedaillons

	Portion
Brennwert [kJ]	3.722,00
Brennwert [kcal]	887,40
Fett [g]	36,80
davon gesättigte Fettsäuren [g]	10,45
Kohlenhydrate [g]	74,82
davon Zucker [g]	4,41
Eiweiß [g]	60,17
Salz [g]	2,85

Pasta Tagliarini

	Portion
Brennwert [kJ]	2.102,00
Brennwert [kcal]	501,20
Fett [g]	17,35
davon gesättigte Fettsäuren [g]	6,91
Kohlenhydrate [g]	45,20
davon Zucker [g]	3,65
Eiweiß [g]	40,87
Salz [g]	2,94

Fitness-Pfanne

	Portion
Brennwert [kJ]	2.482,00
Brennwert [kcal]	597,30
Fett [g]	37,78
davon gesättigte Fettsäuren [g]	17,68
Kohlenhydrate [g]	24,95
davon Zucker [g]	7,20
Eiweiß [g]	34,58
Salz [g]	3,48

Zarter Lammrücken

	Portion
Brennwert [kJ]	2.553,00
Brennwert [kcal]	612,50
Fett [g]	39,97
davon gesättigte Fettsäuren [g]	22,71
Kohlenhydrate [g]	20,13
davon Zucker [g]	4,62
Eiweiß [g]	41,36
Salz [g]	3,26

Rancher Salad

	Portion
Brennwert [kJ]	2938,42
Brennwert [kcal]	705,69
Fett [g]	48,27
davon gesättigte Fettsäuren [g]	12,47
Kohlenhydrate [g]	21,99
davon Zucker [g]	11,19
Eiweiß [g]	43,91
Salz [g]	4,93

Steak & Gemüse

	Portion
Brennwert [kJ]	2.135,00
Brennwert [kcal]	510,90
Fett [g]	30,75
davon gesättigte Fettsäuren [g]	15,34
Kohlenhydrate [g]	15,41
davon Zucker [g]	4,14
Eiweiß [g]	41,02
Salz [g]	2,76

Filetmedaillons und Pilze

	Portion
Brennwert [kJ]	2.062,00
Brennwert [kcal]	493,30
Fett [g]	27,71
davon gesättigte Fettsäuren [g]	16,72
Kohlenhydrate [g]	20,27
davon Zucker [g]	5,48
Eiweiß [g]	38,07
Salz [g]	1,84

Lachsforelle

	Portion
Brennwert [kJ]	3015,00
Brennwert [kcal]	724,10
Fett [g]	46,52
davon gesättigte Fettsäuren [g]	26,25
Kohlenhydrate [g]	22,26
davon Zucker [g]	6,06
Eiweiß [g]	48,45
Salz [g]	4,41

UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

AMERICAN BISTRO

N.Y. Cheeseburger

	Portion
Brennwert [kJ]	2.998,00
Brennwert [kcal]	1.799,00
Fett [g]	82,76
davon gesättigte Fettsäuren [g]	12,98
Kohlenhydrate [g]	55,13
davon Zucker [g]	5,11
Eiweiß [g]	55,99
Salz [g]	4,14

Barbecue Steak Teller

	Portion
Brennwert [kJ]	3.893,00
Brennwert [kcal]	1024,20
Fett [g]	41,12
davon gesättigte Fettsäuren [g]	5,58
Kohlenhydrate [g]	83,36
davon Zucker [g]	10,41
Eiweiß [g]	52,75
Salz [g]	3,80

Der 200 Grammer

	Portion
Brennwert [kJ]	4.928,00
Brennwert [kcal]	1.275,30
Fett [g]	70,10
davon gesättigte Fettsäuren [g]	6,48
Kohlenhydrate [g]	77,72
davon Zucker [g]	6,33
Eiweiß [g]	55,09
Salz [g]	2,81

Huftsteak

	Portion
Brennwert [kJ]	3.756,80
Brennwert [kcal]	988,90
Fett [g]	37,30
davon gesättigte Fettsäuren [g]	4,46
Kohlenhydrate [g]	77,72
davon Zucker [g]	6,33
Eiweiß [g]	58,13
Salz [g]	2,59

UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

ZUM DAZUBESTELLEN

BLOCK HOUSE Brot

	Portion
Brennwert [kJ]	474,00
Brennwert [kcal]	113,90
Fett [g]	7,80
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,56
Kohlenhydrate [g]	9,06
davon Zucker [g]	0,90
Eiweiß [g]	1,54
Salz [g]	0,60

Baked Potato mit Sour Cream

	Portion
Brennwert [kJ]	1.562,00
Brennwert [kcal]	367,10
Fett [g]	8,14
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,64
Kohlenhydrate [g]	57,38
davon Zucker [g]	2,48
Eiweiß [g]	13,74
Salz [g]	1,04

Kartoffel-Gratin

	Portion
Brennwert [kJ]	766,00
Brennwert [kcal]	184,00
Fett [g]	10,24
davon gesättigte Fettsäuren [g]	6,72
Kohlenhydrate [g]	16,32
davon Zucker [g]	2,88
Eiweiß [g]	5,12
Salz [g]	1,28

Pommes frites

	Portion
Brennwert [kJ]	982,00
Brennwert [kcal]	233,00
Fett [g]	8,64
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,96
Kohlenhydrate [g]	33,60
davon Zucker [g]	0,16
Eiweiß [g]	3,84
Salz [g]	0,48

Green-Pepper-Sauce

	Portion
Brennwert [kJ]	204,00
Brennwert [kcal]	50,40
Fett [g]	3,24
davon gesättigte Fettsäuren [g]	1,74
Kohlenhydrate [g]	3,18
davon Zucker [g]	2,52
Eiweiß [g]	0,48
Salz [g]	1,26

Kräuterbutter

	Portion
Brennwert [kJ]	386,00
Brennwert [kcal]	93,90
Fett [g]	10,26
davon gesättigte Fettsäuren [g]	6,90
Kohlenhydrate [g]	0,24
davon Zucker [g]	0,20
Eiweiß [g]	0,12
Salz [g]	0,40

Beef-Chili-Dip

	Portion
Brennwert [kJ]	131,60
Brennwert [kcal]	31,20
Fett [g]	0,48
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,04
Kohlenhydrate [g]	5,64
davon Zucker [g]	4,08
Eiweiß [g]	0,64
Salz [g]	1,20

Sour Cream

	Portion
Brennwert [kJ]	467,20
Brennwert [kcal]	112,00
Fett [g]	7,84
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,64
Kohlenhydrate [g]	3,68
davon Zucker [g]	2,48
Eiweiß [g]	6,24
Salz [g]	1,04

Frisches Saisongemüse

	Portion
Brennwert [kJ]	436,00
Brennwert [kcal]	105,00
Fett [g]	7,30
davon gesättigte Fettsäuren [g]	4,80
Kohlenhydrate [g]	6,00
davon Zucker [g]	3,00
Eiweiß [g]	2,85
Salz [g]	1,50

Gebuttertes Möhrengemüse

	Portion
Brennwert [kJ]	739,00
Brennwert [kcal]	178,00
Fett [g]	15,26
davon gesättigte Fettsäuren [g]	9,90
Kohlenhydrate [g]	9,50
davon Zucker [g]	6,02
Eiweiß [g]	1,12
Salz [g]	3,22

Blattspinat „Brasserie“

	Portion
Brennwert [kJ]	567,00
Brennwert [kcal]	136,50
Fett [g]	12,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	5,85
Kohlenhydrate [g]	3,30
davon Zucker [g]	1,50
Eiweiß [g]	3,45
Salz [g]	1,65

Knackiges Pfannengemüse

	Portion
Brennwert [kJ]	689,00
Brennwert [kcal]	167,00
Fett [g]	10,08
davon gesättigte Fettsäuren [g]	6,63
Kohlenhydrate [g]	11,89
davon Zucker [g]	2,46
Eiweiß [g]	4,61
Salz [g]	1,49

Coleslaw „American Style“

	Portion
Brennwert [kJ]	1.332,00
Brennwert [kcal]	315,90
Fett [g]	31,90
davon gesättigte Fettsäuren [g]	2,37
Kohlenhydrate [g]	9,75
davon Zucker [g]	6,48
Eiweiß [g]	1,34
Salz [g]	0,73

Frische Pilze à la Crème

	Portion
Brennwert [kJ]	395,00
Brennwert [kcal]	94,40
Fett [g]	7,04
davon gesättigte Fettsäuren [g]	4,48
Kohlenhydrate [g]	3,84
davon Zucker [g]	2,56
Eiweiß [g]	3,52
Salz [g]	0,32

UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

KINDERKARTE

Pommes Fritz

	Portion
Brennwert [kJ]	982,00
Brennwert [kcal]	233,00
Fett [g]1	8,64
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,96
Kohlenhydrate [g]	33,60
davon Zucker [g]	0,16
Eiweiß [g]	3,84
Salz [g]	0,48

Magic Meal

	Portion
Brennwert [kJ]	2744,70
Brennwert [kcal]	656,90
Fett [g]	39,94
davon gesättigte Fettsäuren [g]	13,02
Kohlenhydrate [g]	42,66
davon Zucker [g]	1,06
Eiweiß [g]	29,51
Salz [g]	1,58

Käptn Sigi

	Portion
Brennwert [kJ]	3036,80
Brennwert [kcal]	719,80
Fett [g]	26,98
davon gesättigte Fettsäuren [g]	2,52
Kohlenhydrate [g]	84,92
davon Zucker [g]	5,78
Eiweiß [g]	30,64
Salz [g]	2,83

Western Teller

	Portion
Brennwert [kJ]	2064,40
Brennwert [kcal]	492,10
Fett [g]	21,48
davon gesättigte Fettsäuren [g]	3,80
Kohlenhydrate [g]	42,60
davon Zucker [g]	1,06
Eiweiß [g]	30,10
Salz [g]	1,20

Potato Paul

	Portion
Brennwert [kJ]	1.562,00
Brennwert [kcal]	367,10
Fett [g]	8,14
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,64
Kohlenhydrate [g]	57,38
davon Zucker [g]	2,48
Eiweiß [g]	13,74
Salz [g]	1,04

Toni Tomato

	Portion
Brennwert [kJ]	857,20
Brennwert [kcal]	203,00
Fett [g]	5,52
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,50
Kohlenhydrate [g]	32,12
davon Zucker [g]	4,48
Eiweiß [g]	6,56
Salz [g]	2,02

Puty the Kid

	Portion
Brennwert [kJ]	2749,60
Brennwert [kcal]	652,20
Fett [g]	17,38
davon gesättigte Fettsäuren [g]	1,68
Kohlenhydrate [g]	66,44
davon Zucker [g]	3,38
Eiweiß [g]	53,84
Salz [g]	1,80

Karo Karotte

	Portion
Brennwert [kJ]	739,00
Brennwert [kcal]	178,00
Fett [g]	15,26
davon gesättigte Fettsäuren [g]	9,90
Kohlenhydrate [g]	9,50
davon Zucker [g]	6,02
Eiweiß [g]	1,12
Salz [g]	3,22

UNSERE NÄHRWERTE

Hier finden Sie alle Nährwertangaben zu unseren Gerichten.

DESSERT

Eis und Heiß

	Portion
Brennwert [kJ]	1.802,00
Brennwert [kcal]	299,00
Fett [g]	15,80
davon gesättigte Fettsäuren [g]	13,00
Kohlenhydrate [g]	33,60
davon Zucker [g]	29,30
Eiweiß [g]	3,50
Salz [g]	0,18

Chocolate Lava Cake

	Portion
Brennwert [kJ]	2.538,00
Brennwert [kcal]	609,00
Fett [g]	40,70
davon gesättigte Fettsäuren [g]	30,00
Kohlenhydrate [g]	52,70
davon Zucker [g]	37,70
Eiweiß [g]	6,39
Salz [g]	0,02

Tiramisu

	Portion
Brennwert [kJ]	825,00
Brennwert [kcal]	197,00
Fett [g]	10,50
davon gesättigte Fettsäuren [g]	2,10
Kohlenhydrate [g]	21,70
davon Zucker [g]	17,50
Eiweiß [g]	3,08
Salz [g]	0,07

Erdbeereis

	Portion
Brennwert [kJ]	762,00
Brennwert [kcal]	181,00
Fett [g]	6,90
davon gesättigte Fettsäuren [g]	5,70
Kohlenhydrate [g]	27,60
davon Zucker [g]	26,20
Eiweiß [g]	1,30
Salz [g]	0,04

Vanille

	Portion
Brennwert [kJ]	1.026,00
Brennwert [kcal]	246,00
Fett [g]	15,20
davon gesättigte Fettsäuren [g]	13,00
Kohlenhydrate [g]	24,30
davon Zucker [g]	20,10
Eiweiß [g]	2,30
Salz [g]	0,18

Eis und Schoko

	Portion
Brennwert [kJ]	2.599,00
Brennwert [kcal]	622,00
Fett [g]	44,50
davon gesättigte Fettsäuren [g]	42,30
Kohlenhydrate [g]	47,20
davon Zucker [g]	41,40
Eiweiß [g]	6,30
Salz [g]	0,20

New York Cheesecake

	Portion
Brennwert [kJ]	1432,00
Brennwert [kcal]	342,00
Fett [g]	19,10
davon gesättigte Fettsäuren [g]	12,00
Kohlenhydrate [g]	37,90
davon Zucker [g]	31,50
Eiweiß [g]	4,30
Salz [g]	0,30

Apfelstrudel

	Portion
Brennwert [kJ]	1457,00
Brennwert [kcal]	343,00
Fett [g]	11,00
davon gesättigte Fettsäuren [g]	4,48
Kohlenhydrate [g]	55,00
davon Zucker [g]	38,03
Eiweiß [g]	4,92
Salz [g]	0,36

Schokoeis

	Portion
Brennwert [kJ]	1.049,00
Brennwert [kcal]	251,00
Fett [g]	12,90
davon gesättigte Fettsäuren [g]	10,70
Kohlenhydrate [g]	29,20
davon Zucker [g]	24,30
Eiweiß [g]	3,50
Salz [g]	0,25

Walnusseis

	Portion
Brennwert [kJ]	1.182,00
Brennwert [kcal]	284,00
Fett [g]	18,60
davon gesättigte Fettsäuren [g]	11,40
Kohlenhydrate [g]	25,50
davon Zucker [g]	22,60
Eiweiß [g]	3,40
Salz [g]	0,14

Sahne

	Portion
Brennwert [kJ]	918,00
Brennwert [kcal]	223,00
Fett [g]	23,10
davon gesättigte Fettsäuren [g]	15,20
Kohlenhydrate [g]	2,18
davon Zucker [g]	2,18
Eiweiß [g]	1,59
Salz [g]	0,05

1/2 Portion Sahne

	Portion
Brennwert [kJ]	459,00
Brennwert [kcal]	111,00
Fett [g]	11,50
davon gesättigte Fettsäuren [g]	7,60
Kohlenhydrate [g]	1,09
davon Zucker [g]	1,09
Eiweiß [g]	0,79
Salz [g]	0,02