



**Nährwerttabellen
für alle Produkte der Marken**

**Bahlsen
Brandt
Leibniz
PiCK UP!**



Nährwerte: Bahlsen

Seit 2008 versieht Bahlsen alle seine Produkte mit der erweiterten Nährwertkennzeichnung und folgt damit den Empfehlungen des Europäischen Verbandes der Lebensmittelindustrie (CIAA). Ziel ist es, eine Entscheidungshilfe für eine ausgewogene Ernährung und eine gesündere Lebensweise zu geben.

Eine Tabelle auf unseren Packungen zeigt auf einen Blick, welche Nährstoffe ein Produkt enthält und wie hoch dessen Kaloriengehalt ist. Die Nährwerttabelle zeigt folgende acht Nährwertangaben:

(Beispieltabelle)

(1)

(2)

	pro 100g	18 Stück ca. 30g	GDA* p. P. 30g
Brennwert [kcal]	391	117	6%
Brennwert [kJ]	1659	498	6%
Eiweiß [g]	6,9	2,1	4%
Kohlenhydrate [g]	88	26	10%
davon Zucker [g]	47	14	16%
Fett [g]	1,1	0,3	0%
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,3	0,1	1%
Ballaststoffe [g]	1,8	0,5	2%
Natrium [g]	0,06	0,02	1%

Neben der üblichen auf 100 g bezogenen Angabe werden die Nährwerte zusätzlich jeweils umgerechnet auf eine Portion und den empfohlenen durchschnittlichen Tagesbedarf eines Erwachsenen (GDA). Mit Hilfe von Nährwertangaben kann sich jeder einen transparenteren Überblick zu seinen Ernährungsgewohnheiten verschaffen und sich bewusst ernähren.

(1) Portionsgrößen

Bahlsen macht die Portionsgröße an der üblichen Verzehrmenge fest. Die in den USA festgelegte Portionsgröße für Cookies (30 g) gilt hierbei als Basis, gerundet auf die nächste Anzahl an ganzen Keksen.

(2) Was sind GDAs?

GDA ist die Abkürzung für den englischen Begriff "Guideline Daily Amounts", was soviel bedeutet wie "Richtwert für die tägliche Nährstoffzufuhr". GDAs sind Richtwerte für den durchschnittlichen Tagesbedarf eines gesunden Erwachsenen mit Bezug auf die acht Nährstoffgruppen. Der Tagesbedarf ist u.a. abhängig von Geschlecht, Alter und körperlicher Aktivität.

Als Berechnungsgrundlage für die GDAs, die auf unseren Produkten angegeben werden, dient die empfohlene Tageszufuhr einer Frau mittleren Alters mit durchschnittlicher körperlicher Aktivität, basierend auf 2000 kcal pro Tag. In der folgenden Tabelle sind die CIAA-Basisdaten für die Berechnung der GDAs aufgelistet:

Nährstoff	Basisdaten
Energie	2000 kcal
Protein	50 g
Kohlenhydrate	270 g
Fett	70 g
Gesättigte Fettsäuren	20 g
Ballaststoffe	25 g
Salz	6g
Gesamtzucker	90 g

Weitere Informationen unter: <http://www.ciaa.eu>

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Nährwerte: Bahlsen

Gebäck

ABC Russisch Brot

	pro 100g	18 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	391/1659	117/498	6%
Eiweiß (g)	6,9	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	88	26	10%
davon Zucker (g)	47	14	16%
Fett (g)	1,1	0,3	0%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	0,3	0,1	1%
Ballaststoffe (g)	1,8	0,5	2%
Natrium (g)	0,06	0,02	1%

Afrika Vollmilch

	pro 100g	8 Stück ca. 33g	GDA* pro 33g
Brennwert (kcal/kJ)	525/2192	173/723	9%
Eiweiß (g)	8,0	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	55	18	7%
davon Zucker (g)	44	14	16%
Fett (g)	30	10,0	14%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	19	6,3	32%
Ballaststoffe (g)	3,1	1,0	4%
Natrium (g)	0,12	0,04	2%

Afrika Edelherb

	pro 100g	8 Stück ca. 33g	GDA* pro 33g
Brennwert (kcal/kJ)	519/2168	171/715	9%
Eiweiß (g)	7,3	2,4	5%
Kohlenhydrate (g)	50	17	6%
davon Zucker (g)	37	12	13%
Fett (g)	32	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	20	6,6	33%
Ballaststoffe (g)	6,9	2,3	9%
Natrium (g)	0,04	0,01	0%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Azora**

	pro 100g	15 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	476/1997	138/579	7%
Eiweiß (g)	5,0	1,5	3%
Kohlenhydrate (g)	71	21	8%
davon Zucker (g)	38	11	12%
Fett (g)	19	5,5	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	9,8	2,8	14%
Ballaststoffe (g)	1,8	0,5	2%
Natrium (g)	0,34	0,10	4%

Blätterbrezeln

	pro 100g	6 Stück ca. 31g	GDA* pro 31g
Brennwert (kcal/kJ)	520/2173	161/673	8%
Eiweiß (g)	6,4	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	57	18	7%
davon Zucker (g)	17	5,4	6%
Fett (g)	29	9,1	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	17	5,4	27%
Ballaststoffe (g)	2,6	0,8	3%
Natrium (g)	0,41	0,13	5%

Butterblätter

	pro 100g	7 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	497/2081	144/604	7%
Eiweiß (g)	7,8	2,3	5%
Kohlenhydrate (g)	63	18	7%
davon Zucker (g)	25	7,1	8%
Fett (g)	24	6,9	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	3,9	20%
Ballaststoffe (g)	2,0	0,6	2%
Natrium (g)	0,15	0,04	2%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Chocofino**

	pro 100g	3 Stück ca. 31g	GDA* pro 31g
Brennwert (kcal/kJ)	514/2150	159/667	8%
Eiweiß (g)	8,5	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	58	18	7%
davon Zucker (g)	35	11	12%
Fett (g)	27	8,5	12%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	16	5,1	26%
Ballaststoffe (g)	2,5	0,8	3%
Natrium (g)	0,2	0,06	3%

Chokini

	pro 100g	5 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	483/2024	145/607	7%
Eiweiß (g)	6,7	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	65	19	7%
davon Zucker (g)	27	8,1	9%
Fett (g)	22	6,5	9%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	3,4	17%
Ballaststoffe (g)	3,2	1,0	4%
Natrium (g)	0,24	0,07	3%

Coffee Collection

	pro 100g	Portion ca.30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	500/2094	150/628	8%
Eiweiß (g)	6,3	1,9	4%
Kohlenhydrate (g)	61	18	7%
davon Zucker (g)	30	9,1	10%
Fett (g)	26	7,7	11%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	4,2	21%
Ballaststoffe (g)	2,7	0,8	3%
Natrium (g)	0,20	0,06	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Crispettis**

	pro 100g	7 Stück 33g	GDA* pro 33g
Brennwert (kcal/kJ)	503/2103	166/694	8%
Eiweiß (g)	8,8	2,9	6%
Kohlenhydrate (g)	57	19	7%
davon Zucker (g)	37	12	13%
Fett (g)	27	8,8	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	13	4,2	21%
Ballaststoffe (g)	4,0	1,3	5%
Natrium (g)	0,22	0,07	3%

Crispini Crunchy Choco

	pro 100g	7 Stück 29 g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	518/2164	150/628	8%
Eiweiß (g)	7,0	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	58	17	6%
davon Zucker (g)	35	10	11%
Fett (g)	29	8,3	12%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	19	5,4	27%
Ballaststoffe (g)	3,0	0,9	4%
Natrium (g)	0,17	0,05	2%

Croissini

	pro 100g	15 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	501/2098	150/629	8%
Eiweiß (g)	6,9	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	60	18	7%
davon Zucker (g)	16	4,9	5%
Fett (g)	26	7,8	11%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	15	4,4	22%
Ballaststoffe (g)	2,8	0,8	3%
Natrium (g)	0,40	0,12	5%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Exquisit Crema Cioccolato**

	pro 100 g	4 Stück ca. 33 g	GDA* pro 33 g
Brennwert (kcal/kJ)	530/2213	175/730	9%
Eiweiß (g)	4,9	1,6	3%
Kohlenhydrate (g)	58	19	7%
davon Zucker (g)	46	15	17%
Fett (g)	31	10	14%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	18	5,8	29%
Ballaststoffe (g)	3,4	1,1	4%
Natrium (g)	0,10	0,03	1%

Exquisit Crema Nocciola

	pro 100 g	4 Stück ca. 33 g	GDA* pro 33 g
Brennwert (kcal/kJ)	564/2352	186/776	9%
Eiweiß (g)	6,1	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	54	18	7%
davon Zucker (g)	33	11	12%
Fett (g)	36	12	17%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	18	6,0	30%
Ballaststoffe (g)	2,7	0,9	4%
Natrium (g)	0,06	0,02	1%

Exquisit Crema Vaniglia

	pro 100 g	3 Stück ca. 29 g	GDA* pro 29 g
Brennwert (kcal/kJ)	558/2328	162/675	8%
Eiweiß (g)	4,9	1,4	3%
Kohlenhydrate (g)	58	17	6%
davon Zucker (g)	35	10	11%
Fett (g)	34	9,8	14%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	21	5,9	30%
Ballaststoffe (g)	1,4	0,4	2%
Natrium (g)	0,10	0,03	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Finesse**

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	525/2191	157/657	8%
Eiweiß (g)	7,2	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	54	16	6%
davon Zucker (g)	35	11	12%
Fett (g)	31	9,4	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	18	5,3	27%
Ballaststoffe (g)	4,2	1,3	5%
Natrium (g)	0,10	0,03	1%

Hannover Waffeln

	pro 100g	6 Stück ca. 32g	GDA* pro 32g
Brennwert (kcal/kJ)	547/2282	175/730	9%
Eiweiß (g)	4,3	1,4	3%
Kohlenhydrate (g)	57	18	7%
davon Zucker (g)	25	8,1	9%
Fett (g)	34	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	27	8,6	43%
Ballaststoffe (g)	1,4	0,4	2%
Natrium (g)	0,08	0,03	1%

Hit

	pro 100g	2 Stück ca. 28g	GDA* pro 28g
Brennwert (kcal/kJ)	492/2061	138/577	7%
Eiweiß (g)	6,1	1,7	3%
Kohlenhydrate (g)	63	18	7%
davon Zucker (g)	28	7,8	9%
Fett (g)	24	6,7	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	13	3,7	19%
Ballaststoffe (g)	2,7	0,8	3%
Natrium (g)	0,22	0,06	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Kipferl**

	pro 100g	5 Stück ca. 35g	GDA* pro 35g
Brennwert (kcal/kJ)	535/2234	187/782	9%
Eiweiß (g)	8,6	3,0	6%
Kohlenhydrate (g)	53	19	7%
davon Zucker (g)	24	8,3	9%
Fett (g)	32	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	4,1	21%
Ballaststoffe (g)	2,8	1,0	4%
Natrium (g)	0,09	0,03	1%

Messino Vollmilch

	pro 100g	3 Stück ca. 35g	GDA* pro 35g
Brennwert (kcal/kJ)	399/1677	139/587	7%
Eiweiß (g)	4,0	1,4	3%
Kohlenhydrate (g)	66	23	9%
davon Zucker (g)	53	18	20%
Fett (g)	13	4,6	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,4	2,6	13%
Ballaststoffe (g)	1,6	0,6	2%
Natrium (g)	0,06	0,02	1%

Messino Edelherb

	pro 100g	3 Stück ca. 35g	GDA* pro 35g
Brennwert (kcal/kJ)	400/1681	140/588	7%
Eiweiß (g)	3,9	1,4	3%
Kohlenhydrate (g)	64	23	9%
davon Zucker (g)	51	18	20%
Fett (g)	14	4,9	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	8,0	2,8	14%
Ballaststoffe (g)	2,6	0,9	4%
Natrium (g)	0,05	0,02	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Messino Minis

	pro 100g	6 Stück ca. 32g	GDA* pro 32g
Brennwert (kcal/kJ)	399/1677	128/537	6%
Eiweiß (g)	3,8	1,2	2%
Kohlenhydrate (g)	64	20	7%
davon Zucker (g)	50	16	18%
Fett (g)	14	4,6	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	8,0	2,6	13%
Ballaststoffe (g)	2,6	0,8	3%
Natrium (g)	0,05	0,02	1%

Noch Eine Premium Eiswaffel

	pro 100g	8 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	495/2072	148/621	7%
Eiweiß (g)	5,5	1,7	3%
Kohlenhydrate (g)	64	19	7%
davon Zucker (g)	26	7,8	9%
Fett (g)	24	7,3	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	18	5,4	27%
Ballaststoffe (g)	2,7	0,8	3%
Natrium (g)	0,09	0,03	1%

Ohne Gleichen Vollmilch

	pro 100g	3 Stück ca. 31g	GDA* pro 31g
Brennwert (kcal/kJ)	555/2314	172/717	9%
Eiweiß (g)	8,1	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	48	15	6%
davon Zucker (g)	37	12	13%
Fett (g)	37	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	21	6,7	34%
Ballaststoffe (g)	4,0	1,3	5%
Natrium (g)	0,13	0,04	2%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Ohne Gleichen Edelherb**

	pro 100g	3 Stück ca. 31g	GDA* pro 31g
Brennwert (kcal/kJ)	555/2313	172/717	9%
Eiweiß (g)	7,3	2,3	5%
Kohlenhydrate (g)	48	15	6%
davon Zucker (g)	37	11	12%
Fett (g)	37	12	17%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	22	6,7	34%
Ballaststoffe (g)	5,0	1,5	6%
Natrium (g)	0,04	0,01	0%

Rekord Gebäckmischung

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	474/1987	142/596	7%
Eiweiß (g)	6,4	1,9	4%
Kohlenhydrate (g)	66	20	7%
davon Zucker (g)	29	8,7	10%
Fett (g)	21	6,2	9%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	3,3	17%
Ballaststoffe (g)	2,8	0,8	3%
Natrium (g)	0,19	0,06	3%

Rekord Waffelmischung

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	537/2242	161/673	8%
Eiweiß (g)	5,0	1,5	3%
Kohlenhydrate (g)	58	17	6%
davon Zucker (g)	30	9,1	10%
Fett (g)	32	9,5	14%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	24	7,1	36%
Ballaststoffe (g)	2,5	0,7	3%
Natrium (g)	0,10	0,03	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Süße Lust**

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	519/2169	156/651	8%
Eiweiß (g)	7,1	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	56	17	6%
davon Zucker (g)	30	9,1	10%
Fett (g)	30	8,9	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	16	4,8	24%
Ballaststoffe (g)	3,6	1,1	4%
Natrium (g)	0,15	0,05	2%

Selection

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	511/2137	153/641	8%
Eiweiß (g)	7,2	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	58	17	6%
davon Zucker (g)	32	9,5	11%
Fett (g)	28	8,3	12%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	15	4,5	23%
Ballaststoffe (g)	3,2	1,0	4%
Natrium (g)	0,15	0,05	2%

Waffleletten Vollmilch

	pro 100g	5 Stück ca. 36g	GDA* pro 36g
Brennwert (kcal/kJ)	520/2175	187/783	9%
Eiweiß (g)	6,3	2,3	5%
Kohlenhydrate (g)	58	21	8%
davon Zucker (g)	42	15	17%
Fett (g)	29	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	20	7,1	36%
Ballaststoffe (g)	3,7	1,3	5%
Natrium (g)	0,17	0,06	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Kuchen

Biskuit-Tortenboden

	pro 100g	GDA* pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	332/1407	17%
Eiweiß (g)	5,6	11%
Kohlenhydrate (g)	67	25%
davon Zucker (g)	31	34%
Fett (g)	4,6	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	1	5%
Ballaststoffe (g)	2	8%
Natrium (g)	0,48	21%

Comtess à la Banana-Split

	pro 100g	Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	427/1789	214/894	11%
Eiweiß (g)	5,3	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	53	26	10%
davon Zucker (g)	33	16	18%
Fett (g)	22	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	5,6	28%
Ballaststoffe (g)	1,6	0,8	3%
Natrium (g)	0,30	0,15	6%

Comtess à la Russischer Zupfkuchen

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	426/1781	213/891	11%
Eiweiß (g)	5,2	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	50	25	9%
davon Zucker (g)	31	16	18%
Fett (g)	23	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	5,8	29%
Ballaststoffe (g)	1,8	0,9	4%
Natrium (g)	0,30	0,15	6%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Comtess Choco-Chips**

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	446/1862	223/931	11%
Eiweiß (g)	4,7	2,3	5%
Kohlenhydrate (g)	50	25	9%
davon Zucker (g)	34	17	19%
Fett (g)	25	13	19%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	7,2	36%
Ballaststoffe (g)	3,1	1,6	6%
Natrium (g)	0,26	0,13	5%

Comtess Haselnuss

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	426/1783	213/892	11%
Eiweiß (g)	5,7	2,9	6%
Kohlenhydrate (g)	48	24	9%
davon Zucker (g)	31	16	18%
Fett (g)	23	12	17%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	5,3	27%
Ballaststoffe (g)	3,1	1,6	6%
Natrium (g)	0,29	0,15	6%

Comtess Mandarine-Joghurt

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	429/1795	214/897	11%
Eiweiß (g)	5,2	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	51	25	9%
davon Zucker (g)	32	16	18%
Fett (g)	23	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	5,7	29%
Ballaststoffe (g)	1,5	0,8	3%
Natrium (g)	0,30	0,15	6%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Comtess Marmor**

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	441/1845	221/922	11%
Eiweiß (g)	5,2	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	51	25	9%
davon Zucker (g)	31	15	17%
Fett (g)	24	12	17%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	13	6,6	33%
Ballaststoffe (g)	1,9	1,0	4%
Natrium (g)	0,28	0,14	6%

Comtess Schoko

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	446/1864	223/932	11%
Eiweiß (g)	5,0	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	50	25	9%
davon Zucker (g)	32	16	18%
Fett (g)	25	13	19%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	7,1	36%
Ballaststoffe (g)	2,1	1,0	4%
Natrium (g)	0,26	0,13	5%

Comtess Typ Eierlikör

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	425/1777	212/889	11%
Eiweiß (g)	4,9	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	51	25	9%
davon Zucker (g)	29	14	16%
Fett (g)	23	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	5,6	28%
Ballaststoffe (g)	1,6	0,8	3%
Natrium (g)	0,25	0,13	5%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Comtess Typ Marzipan**

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	451/1885	225/942	11%
Eiweiß (g)	5,1	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	50	25	9%
davon Zucker (g)	29	15	17%
Fett (g)	26	13	19%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	6,9	35%
Ballaststoffe (g)	1,9	1,0	4%
Natrium (g)	0,19	0,10	4%

Comtess Zitrone

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	428/1790	214/895	11%
Eiweiß (g)	5,2	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	51	25	9%
davon Zucker (g)	29	15	17%
Fett (g)	23	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	5,6	28%
Ballaststoffe (g)	1,4	0,7	3%
Natrium (g)	0,30	0,15	6%

Comtess Zitrone-Buttermilch

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	423/1771	212/886	11%
Eiweiß (g)	5,8	2,9	6%
Kohlenhydrate (g)	49	25	9%
davon Zucker (g)	32	16	18%
Fett (g)	23	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	5,6	28%
Ballaststoffe (g)	2,3	1,1	4%
Natrium (g)	0,31	0,16	7%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Gourmet Karamellisierte Mandel**

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	458/1914	229/957	11%
Eiweiß (g)	6,4	3,2	6%
Kohlenhydrate (g)	47	23	9%
davon Zucker (g)	27	14	16%
Fett (g)	27	14	20%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	6,8	34%
Ballaststoffe (g)	2,3	1,2	5%
Natrium (g)	0,33	0,17	7%

Gourmet Mohn-Marzipan

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	449/1877	225/939	11%
Eiweiß (g)	5,9	2,9	6%
Kohlenhydrate (g)	48	24	9%
davon Zucker (g)	30	15	17%
Fett (g)	26	13	19%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	6,8	34%
Ballaststoffe (g)	2,9	1,5	6%
Natrium (g)	0,28	0,14	6%

Gourmet Schoko-Kokos

	pro 100g	1 Stück ca. 50g	GDA* pro 50g
Brennwert (kcal/kJ)	442/1847	221/923	11%
Eiweiß (g)	5,0	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	49	25	9%
davon Zucker (g)	30	15	17%
Fett (g)	25	13	19%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	15	7,5	38%
Ballaststoffe (g)	2,6	1,3	5%
Natrium (g)	0,29	0,15	6%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Streuselkuchen Apfel**

	pro 100g	1 Stück ca. 90g	GDA* pro 90g
Brennwert (kcal/kJ)	406/1702	366/1532	18%
Eiweiß (g)	4,1	3,7	7%
Kohlenhydrate (g)	53	48	18%
davon Zucker (g)	32	28	31%
Fett (g)	19	17	24%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	10	9,3	47%
Ballaststoffe (g)	3,1	2,8	11%
Natrium (g)	0,13	0,12	5%

Streuselkuchen Mohn

	pro 100g	1 Stück ca. 90g	GDA* pro 90g
Brennwert (kcal/kJ)	444/1853	400/1667	20%
Eiweiß (g)	6,2	5,6	11%
Kohlenhydrate (g)	46	42	16%
davon Zucker (g)	26	23	26%
Fett (g)	25	22	31%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	11	55%
Ballaststoffe (g)	4,9	4,4	18%
Natrium (g)	0,17	0,15	6%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Genuss für Diabetiker

Comtess Diät Marmor

	pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	365/1518
Eiweiß (g)	5,5
Kohlenhydrate (g)	49
davon Zucker (g)	8,9
davon mehrwertige Alkohole (g)	25
Fett (g)	21
davon gesättigte Fettsäuren (g)	10
Ballaststoffe(g)	0,33
Natrium (g)	2,7
1 Broteinheit entspricht (g)	25

Comtess Diät Zitrone

	pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	372/1550
Eiweiß (g)	5,3
Kohlenhydrate (g)	51
davon Zucker (g)	9,6
davon mehrwertige Alkohole (g)	25
Fett (g)	21
davon gesättigte Fettsäuren (g)	10
Ballaststoffe(g)	0,29
Natrium (g)	1,5
1 Broteinheit entspricht (g)	25

Ohne Gleichen Diät

	pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	555/2312
Eiweiß (g)	7,7
Kohlenhydrate (g)	49
davon Zucker (g)	33
Fett (g)	37
davon gesättigte Fettsäuren (g)	22
Ballaststoffe (g)	4,4
Natrium (g)	0,1
1 Broteinheit entspricht (g)	25

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Herbst- und Weihnachtsgebäck

Akora Edelherb

	pro 100g	3 Stück ca. 38g	GDA* pro 38g
Brennwert (kcal/kJ)	376/1584	143/602	7%
Eiweiß (g)	5,3	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	64	24	9%
davon Zucker (g)	41	15	17%
Fett (g)	11	4,1	6%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,5	2,5	13%
Ballaststoffe (g)	3,8	1,5	6%
Natrium (g)	0,03	0,01	0%

Akora Vollmilch

	pro 100g	3 Stück ca. 38g	GDA* pro 38g
Brennwert (kcal/kJ)	383/1614	145/613	7%
Eiweiß (g)	5,5	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	67	25	9%
davon Zucker (g)	43	16	18%
Fett (g)	10	4,0	6%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,2	2,4	12%
Ballaststoffe (g)	2,4	0,9	4%
Natrium (g)	0,04	0,02	1%

Amato

	pro 100g	3 Stück ca. 35g	GDA* pro 35g
Brennwert (kcal/kJ)	455/1906	159/667	8%
Eiweiß (g)	10	3,5	7%
Kohlenhydrate (g)	54	19	7%
davon Zucker (g)	51	18	20%
Fett (g)	22	7,7	11%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	4,7	1,6	8%
Ballaststoffe (g)	3,6	1,3	5%
Natrium (g)	0,04	0,01	0%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Bratapfel-Stollen**

	pro 100g	1 Scheibe ca. 40g	GDA* pro 40g
Brennwert (kcal/kJ)	428/1789	171/716	9%
Eiweiß (g)	5,3	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	50	20	7%
davon Zucker (g)	26	10	11%
Fett (g)	23	9,1	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	4,7	24%
Ballaststoffe (g)	2,6	1,0	4%
Natrium (g)	0,21	0,06	3%

Butter-Spekulatius

	pro 100g	5 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	471/1978	141/593	7%
Eiweiß (g)	6,4	1,9	4%
Kohlenhydrate (g)	68	21	8%
davon Zucker (g)	27	8,2	9%
Fett (g)	19	5,7	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	3,7	19%
Ballaststoffe (g)	2,3	0,7	3%
Natrium (g)	0,40	0,12	5%

Butter-Stollen

	pro 100g	1 Scheibe ca. 40g	GDA* pro 40g
Brennwert (kcal/kJ)	426/1783	171/713	9%
Eiweiß (g)	4,9	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	50	20	7%
davon Zucker (g)	29	11	12%
Fett (g)	22	8,9	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	15	6,2	31%
Ballaststoffe (g)	2,7	1,1	4%
Natrium (g)	0,08	0,03	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Contessa**

	pro 100g	1 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	401/1687	116/489	6%
Eiweiß (g)	7,0	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	64	19	7%
davon Zucker (g)	46	13	14%
Fett (g)	13	3,8	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	3,7	1,1	6%
Ballaststoffe (g)	3,1	0,9	4%
Natrium (g)	0,14	0,04	2%

Contessa Schokolade

	pro 100g	1 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	407/1710	118/496	6%
Eiweiß (g)	6,1	1,8	4%
Kohlenhydrate (g)	63	18	7%
davon Zucker (g)	47	14	16%
Fett (g)	14	4,1	6%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,1	2,0	10%
Ballaststoffe (g)	3,8	1,1	4%
Natrium (g)	0,09	0,03	1%

Dominissimo

	pro 100g	3 Stück ca. 38g	GDA* pro 38g
Brennwert (kcal/kJ)	500/2095	190/796	10%
Eiweiß (g)	6,2	2,4	5%
Kohlenhydrate (g)	63	24	9%
davon Zucker (g)	24	9,1	10%
Fett (g)	25	9,4	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	16	6,1	31%
Ballaststoffe (g)	2,8	1,0	4%
Natrium (g)	0,24	0,09	4%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Edel-Marzipan-Stollen

	pro 100g	1 Scheibe ca. 40g	GDA* pro 40g
Brennwert (kcal/kJ)	442/1848	177/739	9%
Eiweiß (g)	5,2	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	50	20	7%
davon Zucker (g)	28	11	12%
Fett (g)	24	9,6	14%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	4,4	22%
Ballaststoffe (g)	2,9	1,2	5%
Natrium (g)	0,12	0,05	2%

Fürstenschnitte

	pro 100g	2 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	426/1789	124/519	6%
Eiweiß (g)	7,1	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	59	17	6%
davon Zucker (g)	48	14	16%
Fett (g)	18	5,3	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	1,6	0,5	3%
Ballaststoffe (g)	3,2	0,9	4%
Natrium (g)	0,11	0,03	1%

Fürstenschnitte mit Schokolade

	pro 100g	2 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	447/1875	130/544	6%
Eiweiß (g)	7,1	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	57	16	6%
davon Zucker (g)	44	13	14%
Fett (g)	21	6,2	9%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	5,5	1,6	8%
Ballaststoffe (g)	4,2	1,2	5%
Natrium (g)	0,09	0,03	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Gewürz-Spekulatius**

	pro 100g	5 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	453/1906	136/572	7%
Eiweiß (g)	6,7	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	71	21	8%
davon Zucker (g)	26	7,9	9%
Fett (g)	16	4,7	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,7	2,3	12%
Ballaststoffe (g)	2,6	0,8	3%
Natrium (g)	0,47	0,14	6%

Grandessa

	pro 100g	1 Stück ca. 25g	GDA* pro 25g
Brennwert (kcal/kJ)	389/1641	97/410	5%
Eiweiß (g)	5,9	1,5	3%
Kohlenhydrate (g)	66	17	6%
davon Zucker (g)	40	10,0	11%
Fett (g)	11	2,8	4%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	4,3	1,1	6%
Ballaststoffe (g)	3,3	0,8	3%
Natrium (g)	0,22	0,05	2%

Herzen und Sterne

	pro 100g	3 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	387/1629	112/472	6%
Eiweiß (g)	5,7	1,7	3%
Kohlenhydrate (g)	66	19	7%
davon Zucker (g)	37	11	12%
Fett (g)	11	3,3	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,9	2,0	10%
Ballaststoffe (g)	4,3	1,2	5%
Natrium (g)	0,00	0,00	0%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Jupiter Vollmilch**

	pro 100g	1 Stück ca. 25g	GDA* pro 25g
Brennwert (kcal/kJ)	384/1616	111/469	6%
Eiweiß (g)	5,3	1,5	3%
Kohlenhydrate (g)	65	19	7%
davon Zucker (g)	37	11	12%
Fett (g)	11	3,1	4%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,5	1,9	10%
Ballaststoffe (g)	3,2	0,9	4%
Natrium (g)	0,27	0,08	3%

Jupiter Edelherb

	pro 100g	1 Stück ca. 25g	GDA* pro 25g
Brennwert (kcal/kJ)	397/1672	115/485	6%
Eiweiß (g)	5,4	1,6	3%
Kohlenhydrate (g)	65	19	7%
davon Zucker (g)	35	10	11%
Fett (g)	12	3,4	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,0	2,0	10%
Ballaststoffe (g)	4,7	1,4	6%
Natrium (g)	0,26	0,08	3%

Knusper-Mischung

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	467/1961	140/588	7%
Eiweiß (g)	6,8	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	66	20	7%
davon Zucker (g)	25	7,6	8%
Fett (g)	20	5,9	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	10	3,0	15%
Ballaststoffe (g)	3,1	0,9	4%
Natrium (g)	0,23	0,07	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Lebkuchen-Brezeln**

	pro 100g	3 Stück ca. 34g	GDA* pro 34g
Brennwert (kcal/kJ)	383/1614	130/549	7%
Eiweiß (g)	6,0	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	65	22	8%
davon Zucker (g)	38	13	14%
Fett (g)	11	3,7	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,7	2,3	12%
Ballaststoffe (g)	3,8	1,3	5%
Natrium (g)	0,01	0,00	0%

Lebkuchen-Lieblinge

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	383/1611	115/483	6%
Eiweiß (g)	5,9	1,8	4%
Kohlenhydrate (g)	64	19	7%
davon Zucker (g)	42	13	14%
Fett (g)	12	3,5	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,3	1,9	10%
Ballaststoffe (g)	4,8	1,4	6%
Natrium (g)	0,04	0,01	0%

Lebkuchen-Männer

	pro 100g	4 Stück ca. 35g	GDA* pro 35g
Brennwert (kcal/kJ)	396/1671	150/635	8%
Eiweiß (g)	5,2	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	73	28	10%
davon Zucker (g)	34	13	14%
Fett (g)	8,6	3,3	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	5,0	1,9	10%
Ballaststoffe (g)	3,4	1,3	5%
Natrium (g)	0,16	0,06	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Lebkuchen-Mischung**

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	380/1604	114/481	6%
Eiweiß (g)	6,1	1,8	4%
Kohlenhydrate (g)	73	22	8%
davon Zucker (g)	40	12	13%
Fett (g)	7,1	2,1	3%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	4,2	1,3	7%
Ballaststoffe (g)	2,3	0,7	3%
Natrium (g)	0,05	0,01	0%

Lebkuchen-Schnitten

	pro 100g	4 Stück ca. 32g	GDA* pro 32g
Brennwert (kcal/kJ)	403/1700	129/544	6%
Eiweiß (g)	6,8	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	69	22	8%
davon Zucker (g)	40	13	14%
Fett (g)	11	3,5	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	5,0	1,6	8%
Ballaststoffe (g)	2,3	0,7	3%
Natrium (g)	0,09	0,03	1%

Lebkuchen-Sterne

	pro 100g	4 Stück ca. 34g	GDA* pro 34g
Brennwert (kcal/kJ)	443/1859	151/632	8%
Eiweiß (g)	6,2	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	59	20	7%
davon Zucker (g)	31	10	11%
Fett (g)	21	7,0	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	4,0	20%
Ballaststoffe (g)	4,2	1,4	6%
Natrium (g)	0,09	0,03	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Mandel-Spekulatius**

	pro 100g	5 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	474/1990	142/597	7%
Eiweiß (g)	7,3	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	65	20	7%
davon Zucker (g)	26	7,7	9%
Fett (g)	21	6,2	9%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	8,9	2,7	14%
Ballaststoffe (g)	2,6	0,8	3%
Natrium (g)	0,45	0,14	6%

Mini-Contessa

	pro 100g	4 Stück ca. 35g	GDA* pro 35g
Brennwert (kcal/kJ)	403/1697	141/594	7%
Eiweiß (g)	7,3	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	64	22	8%
davon Zucker (g)	49	17	19%
Fett (g)	13	4,6	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	3,8	1,3	7%
Ballaststoffe (g)	3,0	1,0	4%
Natrium (g)	0,10	0,04	2%

Mini Schoko-Spekulatius

	pro 100g	15 Stück ca. 31g	GDA* pro 31g
Brennwert (kcal/kJ)	481/2016	149/625	7%
Eiweiß (g)	7,1	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	66	21	8%
davon Zucker (g)	31	9,5	11%
Fett (g)	21	6,4	9%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	3,6	18%
Ballaststoffe (g)	3,0	0,9	4%
Natrium (g)	0,26	0,08	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Mohn-Stollen**

	pro 100g	1 Scheibe ca. 40g	GDA* pro 40g
Brennwert (kcal/kJ)	426/1779	170/712	9%
Eiweiß (g)	6,6	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	46	18	7%
davon Zucker (g)	25	9,9	11%
Fett (g)	23	9,3	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	11	4,4	22%
Ballaststoffe (g)	4,2	1,7	7%
Natrium (g)	0,11	0,04	2%

Pflümlis

	pro 100g	4 Stück ca. 36	GDA* pro 36g
Brennwert (kcal/kJ)	381/1606	137/578	7%
Eiweiß (g)	6,1	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	62	22	8%
davon Zucker (g)	36	13	14%
Fett (g)	12	4,4	6%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,5	2,7	14%
Ballaststoffe (g)	4,3	1,5	6%
Natrium (g)	0,04	0,02	1%

Rum-Stollen

	pro 100g	1 Scheibe ca. 40g	GDA* pro 40g
Brennwert (kcal/kJ)	397/1662	159/665	8%
Eiweiß (g)	5,2	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	52	21	8%
davon Zucker (g)	28	11	12%
Fett (g)	18	7,2	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	9,7	3,9	20%
Ballaststoffe (g)	3,5	1,4	6%
Natrium (g)	0,19	0,08	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Schoko-Bäumchen**

	pro 100g	4 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	400/1686	120/506	6%
Eiweiß (g)	6,1	1,8	4%
Kohlenhydrate (g)	66	20	7%
davon Zucker (g)	38	11	12%
Fett (g)	12	3,7	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,5	2,3	12%
Ballaststoffe (g)	2,5	0,7	3%
Natrium (g)	0,04	0,01	0%

Schoko-Lebkuchen

	pro 100g	4 Stück ca. 38g	GDA* pro 38g
Brennwert (kcal/kJ)	377/1589	143/604	7%
Eiweiß (g)	5,3	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	63	24	9%
davon Zucker (g)	37	14	16%
Fett (g)	12	4,4	6%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,8	2,6	13%
Ballaststoffe (g)	4,0	1,5	6%
Natrium (g)	0,02	0,01	0%

Stollen des Jahres 2010 ? Pflaume-Rum

	pro 100g	1 Scheibe ca. 40g	GDA* pro 40g
Brennwert (kcal/kJ)	390/1635	156/654	8%
Eiweiß (g)	4,9	1,9	4%
Kohlenhydrate (g)	52	21	8%
davon Zucker (g)	31	12	13%
Fett (g)	17	6,9	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	9,5	3,8	19%
Ballaststoffe (g)	3,3	1,3	5%
Natrium (g)	0,21	0,08	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Verwöhn-Momente

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	407/1710	122/519	6%
Eiweiß (g)	6,3	1,9	4%
Kohlenhydrate (g)	63	19	7%
davon Zucker (g)	44	13	14%
Fett (g)	15	4,4	6%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	4,4	1,3	7%
Ballaststoffe (g)	3,7	1,1	4%
Natrium (g)	0,07	0,02	1%

Walnuss-Stollen

	pro 100g	1 Scheibe ca. 40g	GDA* pro 40g
Brennwert (kcal/kJ)	482/2010	193/804	10%
Eiweiß (g)	7,0	2,8	6%
Kohlenhydrate (g)	44	18	7%
davon Zucker (g)	18	7,1	8%
Fett (g)	31	12	17%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	13	5,1	26%
Ballaststoffe (g)	2,7	1,1	4%
Natrium (g)	0,21	0,06	3%

Weihnachts-Dose

	pro 100g	pro Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	423/1777	127/533	6%
Eiweiß (g)	6,5	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	60	18	7%
davon Zucker (g)	40	12	13%
Fett (g)	18	5,3	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	8,1	2,4	12%
Ballaststoffe (g)	3,7	1,1	4%
Natrium (g)	0,08	0,02	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Weihnachts-Stern**

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	418/1755	125/527	6%
Eiweiß (g)	6,8	2,1	4%
Kohlenhydrate (g)	59	18	7%
davon Zucker (g)	40	12	13%
Fett (g)	17	5,2	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,0	2,1	11%
Ballaststoffe (g)	4,7	1,4	6%
Natrium (g)	0,07	0,02	1%

Wintertaler

	pro 100g	5 Stück ca. 29g	GDA* pro 29g
Brennwert (kcal/kJ)	496/2078	144/603	7%
Eiweiß (g)	6,7	1,9	4%
Kohlenhydrate (g)	64	18	7%
davon Zucker (g)	30	8,8	10%
Fett (g)	23	6,7	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	13	3,7	19%
Ballaststoffe (g)	3,0	0,9	4%
Natrium (g)	0,87	0,25	10%

Zimtsterne

	pro 100g	6 Stück ca. 34g	GDA* pro 34g
Brennwert (kcal/kJ)	487/2035	165/692	8%
Eiweiß (g)	7,7	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	56	19	7%
davon Zucker (g)	44	15	17%
Fett (g)	26	8,8	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	3,2	1,1	6%
Ballaststoffe (g)	3,6	1,2	5%
Natrium (g)	0,13	0,04	2%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Zum Fest

	pro 100g	Portion ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	423/1777	127/533	6%
Eiweiß (g)	6,5	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	60	18	7%
davon Zucker (g)	40	12	13%
Fett (g)	18	5,3	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	8,1	2,4	12%
Ballaststoffe (g)	3,7	1,1	4%
Natrium (g)	0,08	0,02	1%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Nährwerte: Brandt

Dinkel-Hafer Taler

	pro 100g	7 Stück ca. 29g	GDA* p.P. 29g
Brennwert (kcal/kJ)	459/1926	133/558	7%/7%
Eiweiß (g)	7,5	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	64	19	7%
davon Zucker (g)	26	7,6	8%
Fett (g)	19	5,5	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	8,5	2,5	13%
Ballaststoffe (g)	5,5	1,6	6%
Natrium (g)	0,11	0,03	1%

Hobbits Kernig

	pro 100g	3 Stück ca. 34g	GDA* p.P. 34g
Brennwert (kcal/kJ)	463/1945	158/661	8%/5%
Eiweiß (g)	7,9	2,7	5%
Kohlenhydrate (g)	64	22	8%
davon Zucker (g)	24	8,2	9%
Fett (g)	20	6,7	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	9,1	3,1	16%
Ballaststoffe (g)	5,0	1,7	7%
Natrium (g)	0,28	0,09	4%

Hobbits Schoko

	pro 100g	2 Stück ca. 31g	GDA* p.P. 31g
Brennwert (kcal/kJ)	490/2054	152/637	8%/8%
Eiweiß (g)	7,8	2,4	5%
Kohlenhydrate (g)	59	18	7%
davon Zucker (g)	28	8,8	10%
Fett (g)	25	7,7	11%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	13	4,0	20%
Ballaststoffe (g)	4,7	1,4	6%
Natrium (g)	0,24	0,07	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

**Vollkornkeks Müsli**

	pro 100g	5 Stück ca. 31g	GDA** p.P. 31g
Brennwert (kcal/kJ)	458/1921	142/595	7%/7%
Eiweiß (g)	8,9	2,8	6%
Kohlenhydrate (g)	58	18	7%
davon Zucker (g)	23	7,1	8%
Fett (g)	21	6,6	9%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	9,5	3,0	15%
Ballaststoffe (g)	6,3	1,9	8%
Natrium (g)	0,26	0,08	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Nährwerte: Leibniz

Leibniz Butterkeks

	pro 100g	6 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	428/1803	128/541	6%
Eiweiß (g)	8,2	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	74	22	8%
davon Zucker (g)	22	6,5	7%
Fett (g)	11	3,3	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,0	2,1	11%
Ballaststoffe (g)	3,1	0,9	4%
Natrium (g)	0,61	0,18	8%

Leibniz Butterkeks 30% weniger Zucker

	pro 100g	6 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	416/1757	125/527	6%
Eiweiß (g)	8,7	2,6	5%
Kohlenhydrate (g)	74	22	8%
davon Zucker (g)	14	4,3	5%
Fett (g)	9,7	2,9	4%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	5,7	1,7	9%
Ballaststoffe (g)	2,8	0,8	3%
Natrium (g)	0,56	0,17	7%

Leibniz Butterkeks 50g

	pro 100g	6 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	429/1810	129/543	6%
Eiweiß (g)	8,0	2,4	5%
Kohlenhydrate (g)	74	22	8%
davon Zucker (g)	23	6,9	8%
Fett (g)	11	3,4	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,7	2,0	10%
Ballaststoffe (g)	2,2	0,6	2%
Natrium (g)	0,62	0,19	8%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Leibniz Butterkeks Diät

	pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	423/1784
Eiweiß (g)	8,7
Kohlenhydrate (g)	73
davon Zucker (g)	10
davon mehrwertige Alkohole (g)	2,8
Fett (g)	11
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,2
Ballaststoffe (g)	2,4
Natrium (g)	0,81
Broteinheiten in 100 g	6,0
Broteinheiten	17

Leibniz Snackpack

	pro 100g	6 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	429/1810	129/543	6%
Eiweiß (g)	8,0	2,4	5%
Kohlenhydrate (g)	74	22	8%
davon Zucker (g)	23	6,9	8%
Fett (g)	11	3,4	5%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,7	2,0	10%
Ballaststoffe (g)	2,2	0,6	2%
Natrium (g)	0,62	0,19	8%

Leibniz Choco Diät

	pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	503/2103
Eiweiß (g)	6,8
Kohlenhydrate (g)	62
davon Zucker (g)	34
davon mehrwertige Alkohole (g)	4,5
Fett (g)	26
davon gesättigte Fettsäuren (g)	17
Ballaststoffe (g)	2,3
Natrium (g)	0,16
Broteinheiten in 100 g	5
Broteinheiten	19,2

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Leibniz Choco Edelherb

	pro 100g	2 Stück ca. 28g	GDA* pro 28g
Brennwert (kcal/kJ)	497/2080	138/578	7%
Eiweiß (g)	7,1	2	4%
Kohlenhydrate (g)	60	17	6%
davon Zucker (g)	35	9,8	11%
Fett (g)	26	7,1	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	16	4,5	23%
Ballaststoffe (g)	4,7	1,3	5%
Natrium (g)	0,02	0,01	0%

Leibniz Choco Joghurt-Crisp

	pro 100g	2 Stück ca. 28g	GDA* pro 28g
Brennwert (kcal/kJ)	499/2089	140/585	7%
Eiweiß (g)	7,1	2,0	4%
Kohlenhydrate (g)	61	17	6%
davon Zucker (g)	36	10	11%
Fett (g)	25	7,0	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	15	4,1	21%
Ballaststoffe (g)	2,8	0,8	3%
Natrium (g)	0,24	0,07	3%

Leibniz Choco Sticks Edelherb

	pro 100g	3 Stück ca. 33g	GDA* pro 33g
Brennwert (kcal/kJ)	491/2059	162/679	8%
Eiweiß (g)	7,2	2,4	5%
Kohlenhydrate (g)	61	20	7%
davon Zucker (g)	31	10	11%
Fett (g)	24	8,0	11%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	4,6	23%
Ballaststoffe (g)	4,7	1,5	6%
Natrium (g)	0,22	0,07	3%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Leibniz Choco Sticks Vollmilch

	pro 100g	3 Stück ca. 33g	GDA* pro 33g
Brennwert (kcal/kJ)	496/2079	164/686	8%
Eiweiß (g)	7,5	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	64	21	8%
davon Zucker (g)	33	11	12%
Fett (g)	24	7,8	11%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	13	4,3	22%
Ballaststoffe (g)	2,5	0,8	3%
Natrium (g)	0,22	0,07	3%

Leibniz Choco Vollmilch

	pro 100g	2 Stück ca. 28g	GDA* pro 28g
Brennwert (kcal/kJ)	498/2087	139/580	7%
Eiweiß (g)	7,9	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	61	17	6%
davon Zucker (g)	39	11	12%
Fett (g)	25	6,9	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	16	4,3	22%
Ballaststoffe (g)	2,4	0,7	3%
Natrium (g)	0,02	0,01	0%

Leibniz Erdnuss Spaß

	pro 100g	5 Stück ca. 36g	GDA* pro 36g
Brennwert (kcal/kJ)	507/2119	182/763	9%
Eiweiß (g)	14	4,9	10%
Kohlenhydrate (g)	51	18	7%
davon Zucker (g)	23	8,1	9%
Fett (g)	28	10,0	14%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,8	2,8	14%
Ballaststoffe (g)	3,9	1,4	6%
Natrium (g)	0,10	0,04	2%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Leibniz Erdnuss Spaß Schoko

	pro 100g	5 Stück ca. 36g	GDA* pro 36g
Brennwert (kcal/kJ)	517/2161	186/778	9%
Eiweiß (g)	13	4,6	9%
Kohlenhydrate (g)	50	18	7%
davon Zucker (g)	26	9,4	10%
Fett (g)	29	11	16%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	10	3,7	19%
Ballaststoffe (g)	3,7	1,3	5%
Natrium (g)	0,09	0,03	1%

Leibniz Landkeks

	pro 100g	4 Stück ca. 32g	GDA* pro 32g
Brennwert (kcal/kJ)	441/1856	141/594	7%
Eiweiß (g)	7,8	2,5	5%
Kohlenhydrate (g)	70	22	8%
davon Zucker (g)	25	8,1	9%
Fett (g)	15	4,7	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	7,6	2,4	12%
Ballaststoffe (g)	3,1	1,0	4%
Natrium (g)	0,45	0,14	6%

Leibniz Mandel Spaß

	pro 100g	5 Stück ca. 33g	GDA* pro 33g
Brennwert (kcal/kJ)	504/2107	166/695	8%
Eiweiß (g)	12	4,1	8%
Kohlenhydrate (g)	52	17	6%
davon Zucker (g)	24	7,8	9%
Fett (g)	27	9,0	13%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,9	2,3	12%
Ballaststoffe (g)	3,7	1,2	5%
Natrium (g)	0,15	0,05	2%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Leibniz Milch und Honig

	pro 100g	5 Stück ca. 34g	GDA* pro 34g
Brennwert (kcal/kJ)	459/1929	156/656	8%
Eiweiß (g)	8,2	2,8	6%
Kohlenhydrate (g)	70	24	9%
davon Zucker (g)	22	7,6	8%
Fett (g)	16	5,5	8%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	10	3,5	18%
Ballaststoffe (g)	2,1	0,7	3%
Natrium (g)	0,53	0,18	8%

Leibniz Minis Butter

	pro 100g	23 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	452/1902	136/571	7%
Eiweiß (g)	7,7	2,3	5%
Kohlenhydrate (g)	73	22	8%
davon Zucker (g)	25	7,4	8%
Fett (g)	14	4,3	6%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	8,6	2,6	13%
Ballaststoffe (g)	1,9	0,6	2%
Natrium (g)	0,31	0,09	4%

Leibniz Minis Choco

	pro 100g	16 Stück ca. 30g	GDA* pro 30g
Brennwert (kcal/kJ)	488/2049	147/615	7%
Eiweiß (g)	7,5	2,2	4%
Kohlenhydrate (g)	66	20	7%
davon Zucker (g)	32	9,6	11%
Fett (g)	22	6,5	9%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	12	3,7	19%
Ballaststoffe (g)	2,2	0,7	3%
Natrium (g)	0,18	0,05	2%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.

Leibniz Vollkorn

	pro 100g	5 Stück ca. 34g	GDA* pro 34g
Brennwert (kcal/kJ)	420/1765	143/600	7%
Eiweiß (g)	8,5	2,9	6%
Kohlenhydrate (g)	63	21	8%
davon Zucker (g)	23	7,7	9%
Fett (g)	15	5,1	7%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	3,2	1,1	6%
Ballaststoffe (g)	8,1	2,8	11%
Natrium (g)	0,39	0,13	5%

Leibniz Zoo

	pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	427/1802
Eiweiß (g)	8,1
Kohlenhydrate (g)	75
davon Zucker (g)	22
Fett (g)	11
davon gesättigte Fettsäuren (g)	6,6
Ballaststoffe (g)	2,3
Natrium (g)	0,44

Leibniz Zoo Bauernhof

	pro 100g
Brennwert (kcal/kJ)	428/1806
Eiweiß (g)	8,7
Kohlenhydrate (g)	74
davon Zucker (g)	22
Fett (g)	11
davon gesättigte Fettsäuren (g)	2,6
Ballaststoffe (g)	2,7
Natrium (g)	0,51

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.



Nährwerte: PICK UP!

PiCK UP!

	pro 100g	1 Stück ca. 28g	GDA* pro 28g
Brennwert (kcal/kJ)	499/2089	140/585	7%
Eiweiß (g)	6,7	1,9	4%
Kohlenhydrate (g)	63	18	7%
davon Zucker (g)	37	10	11%
Fett (g)	24	6,8	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	14	4,0	20%
Ballaststoffe (g)	3,2	0,9	4%
Natrium (g)	0,18	0,05	2%

PiCK UP! Choco und Milch

	pro 100g	1 Stück ca. 28g	GDA* pro 28g
Brennwert (kcal/kJ)	508/2127	142/596	7%
Eiweiß (g)	6,4	1,8	4%
Kohlenhydrate (g)	62	17	6%
davon Zucker (g)	35	9,7	11%
Fett (g)	26	7,3	10%
davon gesättigte Fettsäuren (g)	17	4,6	23%
Ballaststoffe (g)	2,6	0,7	3%
Natrium (g)	0,19	0,05	2%

* GDA = Guideline Daily Amount: Richtwert für die Tageszufuhr basierend auf einem Richtwert von 2000 kcal pro Tag.

Alle Naturprodukte unterliegen u.a. jahreszeitlichen Schwankungen im Gehalt der zu deklarierenden Nährstoffe. Bei der Verarbeitung kommt es daneben zu Produktionsschwankungen innerhalb vorgegebener Grenzen. Die deklarierten Werte werden daher immer in geringem Umfang von den tatsächlichen abweichen und sind somit als Durchschnittswerte zu betrachten.