

Produkt	Unit Weight gms	Vegetarisch	Vegan	Weizen frei	Gluten frei	Laktose frei	Energiewert (kJ)		Energiewert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigt (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Ballaststoffe (g)		Natrium (g)	
							Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.
Produit		Végétarien	Vegan	no Blé	no gluten	no lactose	Valeur énergétique (kJ)		Valeur énergétique (kcal)		Lipides(g)		acides gras saturés (g)		Glucides (g)		sucre (g)		Protéines (g)		fibres alimentaires (g)		Sodium (g)	
							par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.
Pastries																								
LAUGEN CROISSANT	53	Y	N	N	N	N	1377	730	329	174	17.9	10.8	10.4	6.3	34.4	19.8	2.3	1.4	1.7	0.3	6.8	3.3	0.95	0.54
BUTTER CROISSANT	53	Y	N	N	N	N	1438	762	359	190	20.4	10.8	11.9	6.3	37.3	19.8	2.6	1.4	0.6	0.3	6.2	3.3	1.13	0.60
CHOCOLATE CROISSANT	75	Y	N	N	N	N	2087	1565	500	375	29.2	21.9			50.7	38.0					8.5	6.4	1.00	0.66
ROLL CINNAMON SWIRL	100	Y	N	N	N	N	1618	1618	386	386	15.8	15.8	9.5	9.5	53.6	53.6	22.3	22.3	2.1	2.1	6.2	6.2	0.50	0.50
CHOCOLATE SWIRL	112	Y	N	N	N	N	1620	1814	386	432	17.3	19.4	9.8	11.0	48.5	54.3	18.6	20.8	2.5	2.8	7.8	8.7	0.61	0.70
NORDIC CINNAMON BRIOCHE	100	Y	N	N	N	N	1565	1565	372	372	14.0	14.0	8.0	8.0	52.4	52.4	17.2	17.2	1.7	1.7	8.4	8.4	0.70	0.70
NORDIC ALMOND BRIOCHE	100	Y	N	N	N	N	1571	1571	374	374	14.4	14.4	7.9	7.9	51.2	51.2	14.6	14.6	1.2	1.2	9.2	9.2	0.71	0.71
BELGIAN WAFFLE	105	Y	N	N	N	N	1834	1925	438	460	21.1	22.1	10.1	10.6	54.9	57.6	32.6	34.2			6.2	6.5	0.91	0.96
YOGHURT FRUIT BREAD	90	Y	N	N	N	N	1327	1195	316	284	10.6	9.6			46.3	41.6					8.7	7.9	0.78	0.71
Muffins																								
LEMON POPPYSEED MUFFIN	131	Y	N	N	N	N	1509	1977	359	470	13.7	17.9	1.6	2.1	53.4	70.0	32.7	42.8	1.8	2.4	4.7	6.2	0.34	0.45
RASPBERRY CHEESECAKE MUFFIN	122	Y	N	N	N	N	1491	1819	357	436	19.8	24.2	3.8	4.6	38.1	46.5	21.7	26.5	2.6	3.2	5.3	6.5	0.32	0.39
BLUEBERRY MUFFIN	122	Y	N	N	N	N	1622	1979	387	472	19.4	23.6	4.2	5.1	47.1	57.4	21.6	26.3	1.4	1.7	5.4	6.6	0.37	0.45
TRIPLE CHOCOLATE MUFFIN FILLED	130	Y	N	N	N	N	1687	1991	403	476	20.1	23.7	6.9	8.1	48.2	56.9	30.2	35.6	2.3	2.7	6.2	2.3	0.30	0.40
STRAWBERRY & CREAM MUFFIN	126	Y	N	N	N	N	1629	2053	389	490	18.6	23.4	3.8	4.8	52.0	65.5	26.7	33.6	1.4	1.8	5.4	6.8	0.40	0.50
Bars and Brownies																								
CHOCOLATE BROWNIE	70	Y	N	Y	Y	N	1870	1310	450	315	29.9	20.9	16.9	11.8	34.9	24.4	33.1	23.1	2.9	2.0	5.2	3.6	0.40	0.30
BURNT CARAMEL BROWNIE	80	Y	N	N	N	N	2048	1638	495	396	31.9	25.5	15.3	12.2	44.2	35.4	39.3	31.4	2.3	1.8	6.2	5.0	0.50	0.40
CARAMEL PECAN BROWNIE	80	Y	N	N	N	N	1920	1536	460	368	26.3	21.0	14.2	11.4	51.6	41.3	38.1	30.5			5.6	4.5	0.30	0.30
Cookies																								
TRIPLE CHOCOLATE COOKIE	79	Y	N	N	N	N	1988	1571	475	375	23.0	18.2	14.6	11.5	60.1	47.5	47.7	37.7	2.3	1.8	5.7	4.5	0.51	0.40
DARK CHOCOLATE CHUNK COOKIE	79	Y	N	N	N	N	1997	1578	477	377	23.2	18.3	14.2	11.2	60.4	47.7	41.2	32.6	1.6	1.3	5.8	4.6	0.28	0.22
NUTELLA COOKIE	82	Y	N	N	N	N	1938	1589	463	380	22.4	18.4	9.5	7.8	62.1	50.9	35.2	28.9	6.0	4.9	6.3	5.2	0.48	0.40
Donuts																								
DONUT APPLE CINNAMON	115	Y	N	N	N	N	1720	1978	411	472	21.1	24.3	10.4	12.0	47.5	54.6	20.3	23.3	3.1	3.6	6.0	6.9	0.48	0.55
CHOCOLATE CRUMBLE DONUT	55	Y	N	N	N	N	1941	1068	465	256	28.1	15.5	15.1	8.3	44.0	24.2	14.9	8.2	3.0	1.7	7.5	4.1	0.73	0.40
VANILLA DONUT	76	Y	N	N	N	N	1680	1277	403	306	24.1	18.3	9.8	7.4	40.1	30.5	18.1	13.8	1.6	1.2	5.4	4.1	0.54	0.41
Cakes / Loaf Cakes																								
NEW YORK CHEESECAKE	133	Y	N	N	N	N	1327	1770	318	424	19.1	25.4	12.3	16.4	32.0	42.7	21.1	28.2	0.7	0.9	4.5	6.1	0.61	0.81
RASPBERRY VANILLA CHEESECAKE	137	Y	N	N	N	N	1272	1742	304	417	17.4	23.8	11.2	15.4	32.8	44.9	22.2	30.5	0.9	1.3	4.2	5.7	0.53	0.74
BLUEBERRY CHEESECAKE	153	Y	N	N	N	N	1213	1855	290	443	14.6	22.3	9.4	14.4	34.3	52.5	22.2	33.9	1.0	1.5	5.4	8.2	0.36	0.55
CARROT CAKE	165	Y	N	N	N	N	1663	2744	398	657	24.0	39.6	6.1	10.1	41.0	67.7	29.0	47.9	4.9	8.1	1.0	1.7	0.51	0.80
RED VELVET CAKE	128	Y	N	N	N	N	1921	2459	460	589	28.7	36.7	11.1	14.2	47.3	60.6	36.6	46.9	0.6	0.8	3.2	4.1	0.36	0.50
MINI PISTACHIO CAKE	97	Y	N	N	N	N	1757	1704	419	406	20.5	19.9	4.4	4.3	52.7	51.1	37.5	36.4	1.2	1.2	6.0	5.8	0.25	0.24
MINI BANANA COCONUT CAKE	98	Y	N	N	N	N	1651	1618	395	387	23.7	23.2	8.4	8.2	41.0	40.2	26.2	25.7	1.5	1.5	4.6	4.5	0.35	0.34
MARBLE LOAF CAKE	90	Y	N	N	N	N	1781	1603	426	384	23.5	21.1	7.1	6.4	46.9	42.2	30.2	27.1	2.3	2.0	5.7	5.0	0.01	0.01
LEMON LOAF CAKE	90	Y	N	N	N	N	1850	1665	443	399	25.3	22.8	6.8	6.1	47.8	43.0	28.4	25.6	1.4	1.3	5.3	4.8	0.01	0.01
Yoghurt / Fruit																								
SUMMER FRUIT SALAD	180	Y	Y	Y	Y	Y	290	530	70	127	3.5	6.0	0.0	0.0	9.0	16.0	9.0	16.0	0.8	1.5	0.9	1.5	0.00	0.00
SUPERFOOD MÜESLI	195	Y	N	N	N	N	1073	1931	257	463	14.4	25.9	7.6	13.7	24.7	44.5	19.4	34.9	3.8	6.8	5.4	9.7	0.10	0.20
BIRCHERMÜESLI	180	Y	N	N	N	N	556	1001	133	239	1.0	5.4			19.3	34.7	1.8	3.2	1.1	2.0	5.6	10.1		
MANGO YOGHURT	200	Y	N	Y	Y	N	414	828	90	180	3.0	6.0			13.0	26.0	13.0	26.0			4.7	9.4		

Produkt	Unit Weight gms	Vegetarisch	Vegan	Weizen frei	Gluten frei	Laktose frei	Energiewert (kJ)		Energiewert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigt (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiss (g)		Ballaststoffe (g)		Natrium (g)	
							Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.	Pro 100g	Pro Port.
Produit		Végétarien	Vegan	no Blé	no gluten	no lactose	Valeur énergétique (kJ)		Valeur énergétique (kcal)		Lipides(g)		acides gras saturés (g)		Glucides (g)		sucre (g)		Protéines (g)		fibres alimentaires (g)		Sodium (g)	
							par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.	par 100g	par Port.
Hot Food																								
PITA VEGETARIANA	200	Y	N	N	N	N	932	1864	223	446	8.4	16.8	1.5	3.0	25.6	51.2	0.6	1.2			9.1	18.2	0.20	0.40
PITA RUSTIC	205	N	N	N	N	N	1092	2239	262	537	12.7	26	1.7	3.5	26.3	53.9	1.1	2.3			8.3	17	0.30	0.60
CROSSIANT ROLL - BACON, EGG & CHEESE	192.5	N	N	N	N	N	796	1532	191	368	7	13.5	0.5	1.0	24.5	47.2	0.6	1.2			5.2	10	0.10	0.20
CROSSIANT ROLL - OMELETTE & CHEESE	178	Y	N	N	N	N	1170	2083	281	500	13.5	24	5	8.9	25.7	45.7	0.6	1.1			11.6	20.6	0.30	0.50
SESAME CREAM CHEESE BAGEL	125	Y	N	N	N	N	1140	1420	274	343	12.7	15.9	5.5	6.9	29.7	37.2	2.7	3.4	1.8	2.3	10.0	12.5	0.13	1.49
HAM & CHEESE CROISSANT	90	N	N	N	N	N	1537	1383	368	331	22.0	20.0	11.0	9.9	31.0	28.0	2.1	1.9	2.1	1.9	11.0	9.9	1.60	1.40
HOT BOX- EGGS, HAM & SPINACH	150	N	N	N	N	N	530	795	126	189	7.5	11.3	2.0	3.0	0.8	1.2	0.5	0.8	0.3	0.5	14.0	21.0	0.93	1.40
HOT BOX- EGGS, ROASTED POTATOES & TOMATOES	160	Y	N	N	N	N	450	720	108	173	6.5	10.4	1.5	2.4	4.5	7.2	0.9	1.4	0.7	1.1	8.0	12.8	0.23	0.37
HOLLANDAISE SAUCE (CH & AT)	40	Y	N	Y	Y	N	864	346	210	84	21.4	8.6	6.4	2.6	1.2	0.5	0.8	0.3			2.7	1.1	1.40	0.56
WHOLEGRAIN TOAST	50	Y	N	N	N	N	1241	621	295	148	7.9	4	2.9	1.5	44.0	22.0	2.3	1.2	5.3	2.7	10	5	1.30	0.65
Sandwiches / Wraps																								
FOCACCIA TOMATO MOZZARELLA	200	Y	N	N	N	N	1224	2448	294	588	18.7	37.4	5.8	11.6	20.8	41.6	2.0	4.0	1.7	3.4	9.7	19.4	1.40	2.80
NORDIC CLUB AVOCADO	170	Y	N	N	N	N	810	1377	196	333	9.5	16.2	3.0	5.1	20.0	34.0	5.0	8.5	3.0	5.1	5.0	8.5	0.68	1.16
BBQ CHICKEN FLATBREAD	200	N	N	N	N	N	765	1530	181	362	5.0	10.0	0.6	1.2	22.4	44.8	3.3	6.6			11.7	23.4	1.40	2.80
FALAFEL & VEGGIE WRAP	175	Y	Y	N	N	Y	929	1626	223	390	13.4	23.5	5.5	9.6	15.4	27.0	1.2	2.1	9.9	17.3	0.4	0.7	0.90	1.58
TURKEY AND CREAM CHEESE BAGEL	200	N	N	N	N	N	992	1984	236	472	8.9	5.8	2.0	4.0	26.8	53.6	1.8	3.6	3.3	6.6	10.7	21.4	1.60	3.20
CHICKEN CAESAR WRAP	175	N	N	N	N	N	401	1404	96	336	4.2	14.7	0.6	2.0	10.4	36.4	0.3	0.9	3.0	10.4	2.3	8.1	0.55	1.95
Salads and Dressings																								
QUINOA & FETA SALAD	240	Y	N	N	N	N	339	814	81	194	4.3	10.3	2.4	5.8	4.2	10.1	4.2	10.1	1.8	4.3	4.0	9.6	0.74	1.78
LEMON DRESSING	60	Y	Y	Y	Y	Y	1200	720	290	174	30.0	18.0	2.9	1.7	4.5	2.7	4.0	2.4			<0.5	<0.5	2.10	1.26
FRENCH SALAD DRESSING	60	Y	Y	Y	Y	N	1180	708	286	172	28.0	16.8	2.0	1.2	6.0	3.6	2.0	1.2	0.5	0.3	2.5	1.5	1.93	1.16
BALSAMIC DRESSING	60	Y	Y	Y	Y	Y	1290	774	313	188	28.5	17.5	3.5	2.1	5.0	3.0	4.0	2.4	1.0	0.6	0.8	0.5	2.80	1.68