

Auf den folgenden Seiten finden Sie alle Angaben zu Zutaten / Nährwerten / Allergenen der in unseren Genusspaketen enthaltenen Produkte. Die entsprechenden Angaben für Getränke finden Sie direkt auf der Getränkeseite in unserem Online-Shop.

Alle Angaben basieren auf Mitteilungen der jeweiligen Hersteller.

Aufstriche

Norddeutscher Rapshonig ***		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller: Honigprinz GmbH Neu Hinrichsdorf 18a, 18146 Rostock Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		Rapshonig	Energie	-
			Fett	-
			davon gesättigte Fettsäuren	-
			Kohlenhydrate	-
			davon Zucker	-
			Eiweiß	-
			Salz	-
Holunderbeer - Fruchtaufstrich extra		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller: Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		Holunderbeersaft, Zucker, Geliemittel Pektin	Energie	996 kJ / 238 kcal
			Fett	0,1 g
			davon gesättigte Fettsäuren	0 g
			Kohlenhydrate	59,0 g
			davon Zucker	59,0 g
			Eiweiß	0,4 g
			Salz	0 g
Quitten - Gelee		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller: Mari Lädchen Pamitz 12, 17390 Klein Bünzow Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		Quittensaft, Rohrohrzucker, Geliemittel Pektin, Säuerungsmittel Zitronensäure	Energie	1017 kJ / 243 kcal
			Fett	0,1 g
			davon gesättigte Fettsäuren	0 g
			Kohlenhydrate	60,1 g
			davon Zucker	60,1 g
			Eiweiß	0,1 g
			Salz	0 g
Brotaufstrich Paprika-Chili		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller: Mari Lädchen Pamitz 12, 17390 Klein Bünzow Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		Wasser, Kichererbsen*, Zwiebeln*, Paprika*, Olivenöl*, Palmfett*, Meersalz, Aubergine*, Tomatenmark*, Rohrohrzucker*, Essig*, Chili*, Knoblauch*, Pfeffer* *k.b.A.	Energie	766 kJ / 182 kcal
			Fett	13,1 g
			davon gesättigte Fettsäuren	1,6 g
			Kohlenhydrate	10,5 g
			davon Zucker	2,5 g
			Eiweiß	3,8 g
			Salz	1,5 g
Eiersalat		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller: Torney Landfleischerei Pripsleben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		Eier (52%), Rapsöl, Wasser, Zucker, Branntweinessig, Schnittlauch, Hühnereigelbpulver , modifizierte Stärke, Kochsalz, Milcheiweiß , Säuerungsmittel: E260, E270, E330, Glukosesirup, Konservierungsstoff: E200, E202, E211, Pfeffer, Eigelb , Farbstoff: Beta-Carotin, Verdickungsmittel: E412, Maltodextrin, Sellerie	Energie	1277 kJ / 305 kcal
			Fett	27,8 g
			davon gesättigte Fettsäuren	3,6 g
			Kohlenhydrate	6,2 g
			davon Zucker	4,9 g
			Eiweiß	7,5 g
			Salz	1,5 g

Käse

Ostsee - Cheddar (50% Fett i. Tr.)	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p><i>Hersteller:</i></p> Ostsee-Molkerei Wismar GmbH (Klaus Rücker) Molkereistr. 1, 23970 Wismar <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	pasteurisierte Kuh milch , Salz, Reifekulturen, Labaustauschstoff (mikrobielles Lab), Farbstoff: Beta-Carotin, Rotschmierekultur zur Oberflächenreifung	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>1618kJ / 390 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>32 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>23 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td><0,5 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td><0,5g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>25 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,9 g</td></tr> </table>	Energie	1618kJ / 390 kcal	Fett	32 g	davon gesättigte Fettsäuren	23 g	Kohlenhydrate	<0,5 g	davon Zucker	<0,5g	Eiweiß	25 g	Salz	1,9 g
Energie	1618kJ / 390 kcal															
Fett	32 g															
davon gesättigte Fettsäuren	23 g															
Kohlenhydrate	<0,5 g															
davon Zucker	<0,5g															
Eiweiß	25 g															
Salz	1,9 g															
Küsten - Urtyp (Schnittkäse)	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p><i>Hersteller:</i></p> Ostsee-Molkerei Wismar GmbH (Klaus Rücker) Molkereistr. 1, 23970 Wismar <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	pasteurisierte Kuh milch , 45% Fett i. Tr.	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>1362 kJ /328 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>26 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>19 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td><0,5 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td><0,5 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>23 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,9 g</td></tr> </table>	Energie	1362 kJ /328 kcal	Fett	26 g	davon gesättigte Fettsäuren	19 g	Kohlenhydrate	<0,5 g	davon Zucker	<0,5 g	Eiweiß	23 g	Salz	1,9 g
Energie	1362 kJ /328 kcal															
Fett	26 g															
davon gesättigte Fettsäuren	19 g															
Kohlenhydrate	<0,5 g															
davon Zucker	<0,5 g															
Eiweiß	23 g															
Salz	1,9 g															
Alt Mecklenburger (Schnittkäse)	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p><i>Hersteller:</i></p> Ostsee-Molkerei Wismar GmbH (Klaus Rücker) Molkereistr. 1, 23970 Wismar <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	pasteurisierte Kuh milch , 60% Fett i. Tr.	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>1738 kJ /420 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>38 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>27 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td><0,5 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td><0,5 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>19 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,9 g</td></tr> </table>	Energie	1738 kJ /420 kcal	Fett	38 g	davon gesättigte Fettsäuren	27 g	Kohlenhydrate	<0,5 g	davon Zucker	<0,5 g	Eiweiß	19 g	Salz	1,9 g
Energie	1738 kJ /420 kcal															
Fett	38 g															
davon gesättigte Fettsäuren	27 g															
Kohlenhydrate	<0,5 g															
davon Zucker	<0,5 g															
Eiweiß	19 g															
Salz	1,9 g															
Schmelzkäse (50% Fett i. Tr.)	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p><i>Hersteller:</i></p> Ostsee-Molkerei Wismar GmbH (Klaus Rücker) Molkereistr. 1, 23970 Wismar <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	36% Käse (50% naturgereifter Alter Schwede), Wasser, Butter , Süßmolkenpulver , Stärke, Schmelzsalze (E452, E450, E339), Milcheiweiß	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>1191 kJ / 287 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>23 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>16 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>12 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>9,5 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>8,0 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,0 g</td></tr> </table>	Energie	1191 kJ / 287 kcal	Fett	23 g	davon gesättigte Fettsäuren	16 g	Kohlenhydrate	12 g	davon Zucker	9,5 g	Eiweiß	8,0 g	Salz	1,0 g
Energie	1191 kJ / 287 kcal															
Fett	23 g															
davon gesättigte Fettsäuren	16 g															
Kohlenhydrate	12 g															
davon Zucker	9,5 g															
Eiweiß	8,0 g															
Salz	1,0 g															
Frischkäse Kräuter + Knoblauch	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p><i>Hersteller:</i></p> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	Frischkäse aus Milch (mind. 45% Fett i. Tr.), Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Dill, Thymian), Knoblauch, Salz, Pfeffer	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>707 kJ / 169 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>12,2 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>8,3 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>3,2 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>2,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>10,5 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,1 g</td></tr> </table>	Energie	707 kJ / 169 kcal	Fett	12,2 g	davon gesättigte Fettsäuren	8,3 g	Kohlenhydrate	3,2 g	davon Zucker	2,0 g	Eiweiß	10,5 g	Salz	1,1 g
Energie	707 kJ / 169 kcal															
Fett	12,2 g															
davon gesättigte Fettsäuren	8,3 g															
Kohlenhydrate	3,2 g															
davon Zucker	2,0 g															
Eiweiß	10,5 g															
Salz	1,1 g															
Frischkäse Kräuter + Rügener Rapsöl	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100ml														
<p><i>Hersteller:</i></p> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	Frischkäse aus Milch (mind. 45% Fett i.Tr.), Rügener Rapsöl, Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Dill), Knoblauch, Salz, Pfeffer	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>834 kJ / 199 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>16 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>8,5 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>2,6 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>2,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>9,6 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,1 g</td></tr> </table>	Energie	834 kJ / 199 kcal	Fett	16 g	davon gesättigte Fettsäuren	8,5 g	Kohlenhydrate	2,6 g	davon Zucker	2,0 g	Eiweiß	9,6 g	Salz	1,1 g
Energie	834 kJ / 199 kcal															
Fett	16 g															
davon gesättigte Fettsäuren	8,5 g															
Kohlenhydrate	2,6 g															
davon Zucker	2,0 g															
Eiweiß	9,6 g															
Salz	1,1 g															
Frischkäse Kräuter + Dill	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p><i>Hersteller:</i></p> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	Frischkäse (mind. 45% Fett i.Tr.), Kräuter (Schnittlauch, Petersilie, Dill), Salz, Pfeffer	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>707 kJ / 169 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>12,2 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>8,3 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>3,2 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>2,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>10,5 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,1 g</td></tr> </table>	Energie	707 kJ / 169 kcal	Fett	12,2 g	davon gesättigte Fettsäuren	8,3 g	Kohlenhydrate	3,2 g	davon Zucker	2,0 g	Eiweiß	10,5 g	Salz	1,1 g
Energie	707 kJ / 169 kcal															
Fett	12,2 g															
davon gesättigte Fettsäuren	8,3 g															
Kohlenhydrate	3,2 g															
davon Zucker	2,0 g															
Eiweiß	10,5 g															
Salz	1,1 g															
Frischkäsebällchen in Öl m. Paprika	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p><i>Hersteller:</i></p> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i></p>	Frischkäse (mind. 45% Fett i.Tr.) 60%, Rapsöl 40%, Paprika, Salz, Pfeffer	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>942 kJ / 221 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>18 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>8,6 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>3,4 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>2,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>9,7 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,1 g</td></tr> </table>	Energie	942 kJ / 221 kcal	Fett	18 g	davon gesättigte Fettsäuren	8,6 g	Kohlenhydrate	3,4 g	davon Zucker	2,0 g	Eiweiß	9,7 g	Salz	1,1 g
Energie	942 kJ / 221 kcal															
Fett	18 g															
davon gesättigte Fettsäuren	8,6 g															
Kohlenhydrate	3,4 g															
davon Zucker	2,0 g															
Eiweiß	9,7 g															
Salz	1,1 g															

Wurstwaren

Paprikapastete		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	Schweinefleisch (63%), Paprika (16%), Schweinespeck, Trinkwasser, Kochsalz jodiert (Kochsalz, Kaliumiodat), Kartoffelstärke, Emulgator: Mono- und Diglyceride, Gewürze, Glukosesirup, Dextrose, Würze, Antioxidationsmittel: Natriumascorbat, Speisesalz, Konservierungsstoff: Natriumnitrit, Aromen	Energie	877 kJ / 212 kcal	
Torney Landfleischerei Pripsleben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow		Fett	17,8 g	
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		davon gesättigte Fettsäuren	7,1 g	
		Kohlenhydrate	2,5 g	
		davon Zucker	1,8 g	
		Eiweiß	11 g	
		Salz	1,9 g	
Kochschinkensalat		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	Rapsöl, 23% Kochschinken (72% Schweinefleisch, Trinkwasser, Kochsalz jodiert (Kochsalz, Kaliumiodat), Emulgator: Mono- u. Diglyceride, Glukosesirup, Speisesalz, Geschmacksverstärker: Natriumglutamat, Palmfett, Gewürze (enthält Sellerie), Hefeextrakt, modifizierte Stärke, Zucker, Säuerungsmittel: Zitronensäure, Konservierungsstoff: Natriumnitrit), 11% Zwiebeln, Trinkwasser, 7% Äpfel, Zucker, Hühnereigelbpulver, Brantweinessig, Milcheiweiß, Säuerungsmittel: Milchsäure, Zitronensäure, Konservierungsstoff: Kaliumsorbat, Natriumbenzoat, Sorbinsäure, Schwefeldioxid, Glukosesirup, Kochsalz jodiert (Kochsalz, Kaliumiodat), modifizierte Stärke, Kochsalz, Gewürz, Verdickungsmittel: Guarkeimehl, Farbstoff: BetaCarotin	Energie	1163 kJ / 281 kcal	
Torney Landfleischerei Pripsleben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow		Fett	25,1 g	
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		davon gesättigte Fettsäuren	2,4 g	
		Kohlenhydrate	9,5 g	
		davon Zucker	8,1 g	
		Eiweiß	4,2 g	
		Salz	1,5 g	
Bolognese (küchenfertig)		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	Trinkwasser, Schweinefleisch (31%), Zwiebeln, Tomaten, Zucker, modifizierte Stärke, Speisesalz, Kräuter, Würze, Gewürze, Gewürzextrakte, Rote Beete Saft, Sonnenblumenöl, Verdickungsmittel: E412, natürliches Aroma	Energie	486 kJ / 117 kcal	
Torney Landfleischerei Pripsleben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow		Fett	7,4	
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		davon gesättigte Fettsäuren	2,5	
		Kohlenhydrate	7,3	
		davon Zucker	4,5	
		Eiweiß	8,1	
		Salz	1,3	
Schinken		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	94% Schweinefleisch, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Dextrose, Stabilisatoren: Natriumacetate, Natriumcitrate, Caseinat , getrockneter Glukosesirup, Maltodextrin, Speisesalz, Antioxidationsmittel: Natriumascorbat, Ascorbinsäure, Natriumisoascorbat, Gewürzaroma, Starterkulturen, Konservierungsstoff: Natriumnitrit, Buchenholzrauch	Energie	917 kJ / 220 kcal	
Greifen Fleisch GmbH Wolgaster Str. 114, 17489 Greifswald		Fett	15 g	
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		davon gesättigte Fettsäuren	6,8 g	
		Kohlenhydrate	1,3 g	
		davon Zucker	<0,5 g	
		Eiweiß	20 g	
		Salz	4,0 g	
Pommersche Leberwurst m. Schnittlauch		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	46% Schweinefleisch, 37% Schweineleber, Speck, Trinkwasser, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Kartoffelstärke, Glukosesirup, Vanillinzucker (Zucker, Vanillin), Zwiebeln, Speisesalz, Emulgator: Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Gewürze, Schnittlauch, Dextrose, Stabilisator: Natriumcitrate, Natriumacetat, Antioxidationsmittel: Natriumascorbat, Ascorbinsäure, Aromen, Konservierungsstoff: Natriumnitrit	Energie	1547 kJ / 374 kcal	
Greifen Fleisch GmbH Wolgaster Str. 114, 17489 Greifswald		Fett	35 g	
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		davon gesättigte Fettsäuren	14 g	
		Kohlenhydrate	3,6 g	
		davon Zucker	0,9 g	
		Eiweiß	11 g	
		Salz	1,9 g	
Pommersche Streichmettwurst, grob		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	94% Schweinefleisch, Speck, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), pflanzliches Öl (Raps), Senfkörner , Gewürze, Dextrose, Säureregulator: Glucono-delta-Lacton, Speisesalz, Verdickungsmittel: Guarkeimehl, Farbstoff: Echtes Karmin, Maltodextrin, Zucker, Gewürzextrakte, Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure, Natriumascorbat, Extrakt aus Rosmarin, Rauchsalz (Maltodextrin, Speisesalz, Rauch), Emulgator: Citronensäureester von Mono- u. Diglyceriden von Speisefettsäuren, getrockneter Glukosesirup, Säuerungsmittel: Citronensäure, Aromen, Starterkulturen, Konservierungsstoff: Natriumnitrit, Buchenholzrauch	Energie	1701 kJ / 412 kcal	
Greifen Fleisch GmbH Wolgaster Str. 114, 17489 Greifswald		Fett	40 g	
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments		davon gesättigte Fettsäuren	16 g	
		Kohlenhydrate	1,2 g	
		davon Zucker	0,7 g	
		Eiweiß	12 g	
		Salz	3,0 g	

Allgemeines

<p>Butter</p> <p><i>Hersteller:</i> Arla Foods Deutschland GmbH Meiereiweg 1, 23936 Upahl</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>mild gesäuerte Butter, 82% Fett</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>3066 kJ / 746 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>82,0 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>59,0 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>0,6 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>0,6 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td><0,5 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,03 g</td></tr> </table>	Energie	3066 kJ / 746 kcal	Fett	82,0 g	davon gesättigte Fettsäuren	59,0 g	Kohlenhydrate	0,6 g	davon Zucker	0,6 g	Eiweiß	<0,5 g	Salz	0,03 g
Energie	3066 kJ / 746 kcal															
Fett	82,0 g															
davon gesättigte Fettsäuren	59,0 g															
Kohlenhydrate	0,6 g															
davon Zucker	0,6 g															
Eiweiß	<0,5 g															
Salz	0,03 g															
<p>BIO H-Vollmilch (3,5%)</p> <p><i>Hersteller:</i> Gläserne Molkerei GmbH Meiereiweg 1, 19217 Dechow</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar • nach dem Öffnen kühlen MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Milch</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>274 kJ / 66 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>3,6 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>2,3 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>4,9 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>4,9 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>3,4 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,13 g</td></tr> </table>	Energie	274 kJ / 66 kcal	Fett	3,6 g	davon gesättigte Fettsäuren	2,3 g	Kohlenhydrate	4,9 g	davon Zucker	4,9 g	Eiweiß	3,4 g	Salz	0,13 g
Energie	274 kJ / 66 kcal															
Fett	3,6 g															
davon gesättigte Fettsäuren	2,3 g															
Kohlenhydrate	4,9 g															
davon Zucker	4,9 g															
Eiweiß	3,4 g															
Salz	0,13 g															
<p>Eier ***</p> <p><i>Hersteller:</i> Poseritzer EierHOF 18574 Poseritz</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Hühnereier aus Freilandhaltung</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>-</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>-</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>-</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>-</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>-</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>-</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>-</td></tr> </table>	Energie	-	Fett	-	davon gesättigte Fettsäuren	-	Kohlenhydrate	-	davon Zucker	-	Eiweiß	-	Salz	-
Energie	-															
Fett	-															
davon gesättigte Fettsäuren	-															
Kohlenhydrate	-															
davon Zucker	-															
Eiweiß	-															
Salz	-															
<p>Storchennest Müsli</p> <p><i>Hersteller:</i> Minimanufaktur Parow Dorfstr. 22, 18445 Parow</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Haferflocken (48%), Sonnenblumenkerne (34%), brauner Zucker (14%), Rapsöl (4%) kann Spuren von Nüssen enthalten</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>1331 kJ / 318 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>5,1 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>1,3 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>60,4 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>14,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>10,4 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0 g</td></tr> </table>	Energie	1331 kJ / 318 kcal	Fett	5,1 g	davon gesättigte Fettsäuren	1,3 g	Kohlenhydrate	60,4 g	davon Zucker	14,0 g	Eiweiß	10,4 g	Salz	0 g
Energie	1331 kJ / 318 kcal															
Fett	5,1 g															
davon gesättigte Fettsäuren	1,3 g															
Kohlenhydrate	60,4 g															
davon Zucker	14,0 g															
Eiweiß	10,4 g															
Salz	0 g															
<p>Nudeln (Möwe Spiralen)</p> <p><i>Hersteller:</i> Möwe Teigwaren GmbH Am Alten Bahndamm 15, 17192 Waren (Müritz)</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Hartweizengries</p> <p>kann Spuren von Ei und Soja enthalten</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>1491 kJ / 352 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>1,5 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>0,4 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>71 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>3,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>12 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,005 g</td></tr> </table>	Energie	1491 kJ / 352 kcal	Fett	1,5 g	davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g	Kohlenhydrate	71 g	davon Zucker	3,0 g	Eiweiß	12 g	Salz	0,005 g
Energie	1491 kJ / 352 kcal															
Fett	1,5 g															
davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g															
Kohlenhydrate	71 g															
davon Zucker	3,0 g															
Eiweiß	12 g															
Salz	0,005 g															
<p>BIO TomatenSauce</p> <p><i>Hersteller:</i> Mari Lädchen Pamitz 12, 17390 Klein Bünzow</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar • nach dem Öffnen kühlen MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Tomaten*(45%), Tomatenmark*(12%), Wasser, Möhren*, Zwiebeln*, Olivenöl*, Agavendicksaft*, Gewürze*, Meersalz, Knoblauch*</p> <p>*k.b.A.</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100ml</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>220 kJ / 56 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>3,7 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>0,2 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>4,1 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>3,7 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>0,4 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,2 g</td></tr> </table>	Energie	220 kJ / 56 kcal	Fett	3,7 g	davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g	Kohlenhydrate	4,1 g	davon Zucker	3,7 g	Eiweiß	0,4 g	Salz	0,2 g
Energie	220 kJ / 56 kcal															
Fett	3,7 g															
davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g															
Kohlenhydrate	4,1 g															
davon Zucker	3,7 g															
Eiweiß	0,4 g															
Salz	0,2 g															
<p>Fresca D'oro (Hartkäse gerieben u. getrocknet)</p> <p><i>Hersteller:</i> Hergestellt in Italien für: Zentrale Handelsgesellschaft mbH, 77656 Offenburg</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar, nach dem Öffnen kühlen MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Kuhmilch, Salz, tierisches Lab, Konservierungsstoff: Lysozym (aus Ei)</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>1858 kJ / 446 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>32,0 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>21,0 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>1,8 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>1,8 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>38,0 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>2,5 g</td></tr> </table>	Energie	1858 kJ / 446 kcal	Fett	32,0 g	davon gesättigte Fettsäuren	21,0 g	Kohlenhydrate	1,8 g	davon Zucker	1,8 g	Eiweiß	38,0 g	Salz	2,5 g
Energie	1858 kJ / 446 kcal															
Fett	32,0 g															
davon gesättigte Fettsäuren	21,0 g															
Kohlenhydrate	1,8 g															
davon Zucker	1,8 g															
Eiweiß	38,0 g															
Salz	2,5 g															
<p>Yerson el Grande (Kaffee) ***</p> <p><i>Hersteller:</i> Kaffeegruss Rösterei 18556 Putgarten</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Filterkaffee, gemahlen 70% Arabica, 30% Robusta</p> <p>Herkunft: Peru, Brasilien, Indien</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>-</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>-</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>-</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>-</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>-</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>-</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>-</td></tr> </table>	Energie	-	Fett	-	davon gesättigte Fettsäuren	-	Kohlenhydrate	-	davon Zucker	-	Eiweiß	-	Salz	-
Energie	-															
Fett	-															
davon gesättigte Fettsäuren	-															
Kohlenhydrate	-															
davon Zucker	-															
Eiweiß	-															
Salz	-															

Dessert

Fruchtjoghurt (Mango)		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	Alter Pfarrhof Schulstr. 12, 18510 Elmenhorst	Joghurt** (aus Vollmilch**), Fruchtzubereitung 20% (Mango**, Rohrohrzucker**, Zitronensaft**, Apfelpektin)	Energie	489 kJ / 117 kcal
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i>			Fett	3,8 g
			davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g
			Kohlenhydrate	14,7 g
		**demeter	davon Zucker	11,4 g
			Eiweiß	3,4 g
			Salz	<0,1 g

Naturjoghurt		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz	aus Milch von Rügner Milchkühen mit Weidegang mit mindestens 4% Fett im Milchanteil	Energie	276 kJ / 66 kcal
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i>			Fett	4,0 g
			davon gesättigte Fettsäuren	2,8 g
			Kohlenhydrate	3,5 g
			davon Zucker	3,3 g
			Eiweiß	3,5 g
			Salz	0,05 g

Vanille-Quark-Dessert		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz	Naturquark, Naturjoghurt, Zucker, gemahlene Vanilleschoten, natürl. Vanillearoma, Färberdistelextrakt	Energie	545 kJ / 130 kcal
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i>			Fett	6,6 g
			davon gesättigte Fettsäuren	4,6 g
			Kohlenhydrate	11,9 g
			davon Zucker	11,9 g
			Eiweiß	5,6 g
			Salz	0,1 g

Kokos-Ananas-Dessert		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
Hersteller:	Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz	Naturjoghurt, Naturquark, 28% Ananasfruchtzubereitung (50% Ananas, Zucker, Geliermittel Pektin, Säuerungsmittel: Citronensäure), Zucker, 0,9% Kokosraspeln	Energie	579 kJ / 138 kcal
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) <i>MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</i>			Fett	5,9 g
			davon gesättigte Fettsäuren	4,2 g
			Kohlenhydrate	14,2 g
			davon Zucker	14,1 g
			Eiweiß	5,3 g
			Salz	0,1 g

*k.b.A. - aus kontrolliert biologischem Anbau

**demeter - Erzeugt nach den Richtlinien des Demeter e.V. einer biologisch dynamischen Landwirtschaft.

*** Lt. Lebensmittel - Informationsverordnung (VO-1169/2011-EU Anhang V) ist für bestimmte Lebensmittel eine Deklaration der Nährwerte nicht verpflichtend vorgeschrieben. Verzichten die Hersteller entsprechender Produkte auf eine freiwillige Angabe, dann stehen auch uns diese Daten nicht zur Verfügung und sind nicht angegeben.

Bei der Herstellung von Käse und Frischkäse wird Milch von Kühen mit Weidegang verwendet, daher unterliegen die Nährwerte dieser Produkte natürlichen saisonalen Schwankungen.

MHD Hinweis:

Die enthaltenen Produkte der Arten: *Frischkäse / Joghurt / Quark / Wurstwaren* sind bei einer Lieferung von:

- Donnerstag bis Sonntag - in der gleichen Woche produziert, verpackt
- Montag bis Mittwoch - in der Vorwoche produziert, verpackt.

Diese sind ab Produktionsdatum / Verpackungsdatum ca. 14-21 Tage haltbar.

Die Mindesthaltbarkeit der anderen Produkte liegt im Zeitraum von 4 Wochen bis zu einem Jahr ab Liefertermin.

Stand: März 2024
Der Ostsee-Genuss.