

Nährwerttabelle



		Brennwert - kcal		Brennwert - kJ		Kohlenhydrate		Eiweis		Fett		Zucker		Salz		
		pro 100g	pro Portion	pro 100g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	
Signature Bowls	Fish	Teriyaki Beef Bowl	142,3	913,9	594,7	3817,8	13,4	86,3	5,4	34,5	6,9	44,3	3,8	24,7	0,8	5,0
		Teriyaki Chicken Bowl	138,7	894,5	579,8	3739,6	13,7	88,1	5,5	35,2	6,3	40,9	4,0	25,7	0,8	5,0
		Teriyaki Planted Bowl	140,8	894,1	588,6	3737,7	13,9	88,5	5,3	33,5	6,4	40,9	4,2	26,4	0,8	5,0
		Lachs-Avocado Bowl	112,0	784,2	452,3	3166,2	10,2	71,6	5,2	36,2	4,8	33,6	3,7	25,8	0,6	4,3
		Citrus-Tuna Bowl	130,6	848,8	545,0	3542,3	14,1	91,7	4,9	31,6	5,4	35,3	4,6	30,0	0,9	5,5
Signature Bowls	vegan	Italy Burrata Bowl	135,4	634,4	542,6	2577,2	12,1	57,4	4,5	21,5	6,2	29,4	6,2	29,4	0,3	1,2
		Maui-Tofu Bowl	71,2	455,8	298,4	1909,8	7,2	46,0	3,5	22,3	2,8	18,2	5,0	31,8	0,9	31,8
		Yoga-Shake Bowl	98,4	595,6	412,0	2498,6	16,7	100,8	3,5	31,2	7,4	1,2	4,7	28,6	0,5	2,8
Salad Bowls	vegan	Levante Salad Bowl	82,8	492,9	347,6	2068,3	8,0	47,5	3,5	20,6	3,6	21,6	5,3	31,4	0,3	2,0
		Bali-Salad Bowl	87,8	430,1	368,3	1804,6	9,2	44,8	2,7	13,0	1,0	19,6	7,9	38,6	0,4	2,0
		Caesar Salad Bowl	121,0	521,5	504,1	2172,7	5,8	24,9	6,0	25,9	8,0	34,5	2,3	9,8	0,6	2,7
Vita Bowls	vegan	Vita Bowl	122,4	704,0	492,7	2832,0	14,0	80,5	5,2	29,8	4,4	25,1	4,6	26,4	0,8	4,9
		Beauty Bowl	110,8	609,4	443,8	2441,0	13,1	72,2	3,2	17,7	4,1	22,3	5,8	31,7	1,0	5,7

		Brennwert - kcal		Brennwert - kJ		Kohlenhydrate		Eiweis		Fett		Zucker		Salz		
		pro 100g	pro Portion	pro 100g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	
Curry	ohne Fleisch - vegan	Gelbes Curry veggie	160,9	748,1	668,9	3110,5	15,0	69,8	2,3	10,7	9,3	43,4	2,1	9,5	0,5	2,2
		Gelbes Curry Chicken	151,5	825,7	631,1	3439,3	12,8	69,8	5,2	28,3	8,1	44,2	1,7	9,5	0,4	2,3
		Gelbes Curry Beef	162,0	850,0	674,1	3538,8	13,3	69,8	4,6	24,1	9,3	48,8	1,8	9,5	0,4	2,2
		Gelbes Curry Tofu	158,8	833,9	660,5	3467,5	13,3	70,1	3,9	20,3	9,2	48,5	1,9	9,8	0,4	2,2
		Grünes Curry veggie	151,6	705,2	630,2	2930,6	14,7	68,5	1,8	8,6	8,7	40,4	2,0	9,1	0,4	2,0
		Grünes Curry Chicken	143,6	782,8	598,1	3259,4	12,6	68,5	4,8	26,2	7,6	41,2	1,7	9,1	0,4	2,1
		Grünes Curry Beef	154,4	841,6	642,5	3501,6	12,6	68,5	4,9	26,5	8,7	47,6	1,7	9,1	0,4	2,1
		Grünes Curry Tofu	150,7	791,0	626,2	3287,6	13,1	68,8	3,5	18,2	8,7	45,5	1,8	9,4	0,4	2,1
		Butterchicken	123,2	776,3	514,0	3238,0	14,3	90,2	4,5	28,5	4,8	30,5	3,1	19,7	1,0	6,2
	Naan-Brot	324,0	315,9	1365,0	1330,9	55,0	53,6	8,1	7,9	6,8	6,6	5,9	5,8	0,1	0,1	

		Brennwert - kcal		Brennwert - kJ		Kohlenhydrate		Eiweis		Fett		Zucker		Salz	
		pro 100g	pro Portion	pro 100g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion
Ramen	Ramen veggie	126,4	396,8	513,8	1669,9	17,4	54,6	3,6	11,4	4,5	14,0	3,8	12,0	0,6	2,6
	Ramen mit Tofu	138,9	541,5	585,3	2282,5	19,8	77,4	5	19,4	4,2	16,2	3,2	12,3	0,67	2,61
	Ramen mit Chicken	145,7	575,5	614,0	2425,3	20,2	79,9	7,3	28,8	3,6	14,1	3,7	14,8	0,7	2,8
	Ramen mir Planted Chicken	150,9	595,9	636,2	2512,9	20,5	81,0	7,4	29,1	4,0	15,7	3,9	15,5	0,9	3,5
	Ramen mit Beef	152,4	601,9	641,9	2535,4	20,3	80,2	8,1	31,9	4,1	16,1	3,8	15,0	0,7	2,9

		Brennwert - kcal		Brennwert - kJ		Kohlenhydrate		Eiweis		Fett		Zucker		Salz	
		pro 100g	pro Portion	pro 100g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion
Wraps	Pastrami Wrap	164,5	621,0	690,5	2606,6	17,5	66,2	7,0	26,6	7,0	26,4	3,6	13,7	0,8	3,0
	Burrata Wrap	178,9	720,2	746,0	3002,8	16,0	64,4	5,2	20,9	10,2	40,9	2,8	11,2	0,8	3,1
	Planted Wrap	132,6	592,7	690,5	2606,6	18,8	70,8	6,2	23,4	7,2	27,2	4,4	16,7	1,1	4,0

		Brennwert - kcal		Brennwert - kJ		Kohlenhydrate		Eiweis		Fett		Zucker		Salz		
		pro 100g	pro Portion	pro 100g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	pro 100 g	pro Portion	
Dressings	v	Reisbase	180,8	54,3	754,2	226,3	18,2	5,5	1,3	0,4	10,9	3,3	16,8	5,1	6,9	2,1
		Trüffel-Mayo	409,0	204,5	1702,2	851,1	8,1	4,1	2,4	1,2	40,7	20,3	7,7	3,8	3,8	1,9
	v	Citrus-Dressing	427,3	213,7	1768,4	884,2	20,6	10,3	2,5	1,2	37,1	18,5	19,0	9,5	5,0	2,5
		Thai Rock-Dressing	303,2	62,7	1259,6	262,7	23,5	9,2	1,5	0,2	22,3	2,6	19,9	20,7	4,8	1,6
	v	Peanut-Teriyaki Dressing	391,9	196,0	1631,7	815,0	29,3	14,6	3,1	1,5	28,3	14,1	24,7	12,4	5,1	2,6
		Yoga-Shake-Dressing	83,4	58,4	350,4	245,3	13,4	9,3	1,1	0,8	2,6	1,8	12,6	8,8	3,2	2,3
	v	Maui-Dressing	162,9	97,8	683,3	410,0	22,5	13,5	1,1	0,6	7,3	4,4	18,3	11,0	3,6	2,2
		Bali-Dressing	234,2	117,1	976,4	488,2	23,1	11,6	3,2	1,6	13,7	6,9	19,6	9,8	3,3	1,6
	v	Levante-Dressing	111,0	55,5	468,5	234,2	20,8	10,4	1,3	0,7	1,8	0,9	20,2	10,1	1,7	0,9
		Caesar-Dressing	268,9	134,4	1112,6	556,3	8,8	4,4	2,4	1,2	24,6	12,3	7,7	3,9	3,6	1,8
	v	Umeboshi-Rhabarber	57,9	29,0	245,1	122,5	12,4	6,2	0,6	0,3	0,3	0,1	10,0	5,0	4,2	2,1
		Aloe Vera-Soja Dressing	113,2	56,6	470,7	235,4	6,0	3,0	2,6	1,3	8,1	4,1	5,0	2,5	4,3	2,1

v = vegan