

# Kalorientabelle

100 g / ml	Kalorien		Kalorien
Aubergine	21,00	250g	52,50
Apfel	54,00		
Asbach Praline Zartefläschen	462,00	1 Fläschen	57,75
Asbach Uralt	245,00	25ml	61,25
Asiagemüse mit Ananas	36,11	180g ~	65,00
Avocado	160,00	1 Avocado ~ 180g	288,00
Avocado Öl	884,00	15ml	132,60
Babybel Mini	300,00	1 Babybel ~ 20g	60,00
Backpulver	87,00	15g	13,05
Bambusstreifen	15,00		
Banane	90,00	1 Banane ~ 150g	135,00
Bandnudeln Combino	371,00	150g	556,50
Basmati Rreis ungegart	354,00	250g	885,00
Beck´s Alkoholfrei	18,00	500ml	90,00
Berner Würstel Grillmeister	276,00	1 Wurst	276,00
Bienenstich	293,00		
Bier	42,00	500ml	210,00
BiFi Original	505,00	1 Wurst	126,25
Bitter Lemon	50,00	500ml	250,00
Blätterteig Belbake	373,00	275g	1025,75
Bounty	487,00	1 Riegel 57g	277,59
Bratkartoffeln Pfanni	120,00	200g	240,00
Brokkoli	21,00	1 Sträuschen ~ 35g	7,35
Butter 82% Fett	735,00	10g	73,50
Butterkäse 45% Fett Milbona	330,00	eine Scheibe ~ 30g	99,00
Celebrations Pralinenmischung	490,00	1 Stück ~ 9,1g	44,59
Cevapcici Marvest	244,00	150g	366,00
Champignons	16,00		
Chantre	240,00	25ml	60,00
Chef Select Pappardelle	288,00	250g	720,00
Chef Select Tagliatelle Verdi	286,00	250g	715,00
Chipsfrisch ungarisch funny-frisch	530,00	30g	159,00
Chokolade Cookies	492,00	ein Cookie	92,25
Coca Cola	42,00	250ml	105,00
Coca Cola Zero Sugar	1,00	250ml	2,50
Cocacola 75ml mit Asbach Uralt 25ml	92,75		
Cocacola 75ml mit Chantre 25ml	91,50		
Cocacola 75ml mit Obstwasser 25ml	94,00		
Cognac	237,00	25ml	59,25
Confiserie Firenze Karamell Verführung	512,00	ein Törtchen ~ 38g	194,56
Corny Free	336,00	1 Rigel	67,00
Datteln	281,00	1 Dattel ~ 7g	19,67
Delux Tiramisu im Glas	277,00	1 Glas	263,15
Dominosteine Zartbitter FAVORINA	407,00	25g	101,75
Dinkelvollkornmehl Belbake	342,00	500g	1710,00
Dr. Oekter Pudding Karamell	103,00	1 Portion ~ 150g	154,50
Dr. Oekter Pudding Schokolade	100,00	1 Portion ~ 149g	149,00
Dr. Oekter Pudding Vanille	91,00	1 Portion ~ 144g	131,04
Duplo Ferrero	555,00	1 Stück ~ 18,2g	101,00
Edel Nougat Happen Favorina	536,00	ein Happen ~ 12,5g	67,00
Eierspätzle Combino	172,50	250g	431,25

Eisbergsalat	13,00	1000g	130,00
Eistee	29,00	500ml	145,00
Emsländer Apfelkuchen	321,00	ein Achtel	300,94
Erbsen	83,00	500g	415,00
Erdbeere	33,00		
Erdnussbutter Barney's Best	628,00	10g	62,80
Erdnüsse geröstet und gesalzen ültje	615,00	30g	184,50
Fanta	39,00	500ml	195,00
Ferrero Rocher	603,00	1 Stück ~ 12,5g	75,38
Feigen getrocknete Alesto	288,00	~ 40g	115,00
Fischtäbchen Iglo	192,00	1 Stäbchen ~ 30g	57,60
Freshvale Curry Snacker	212,00	1 Portion 220g	466,40
Frikadellen Delikatess Gebirgsjäger	295,00	1 Frikadelle	295,00
Frischei-Nudeln Band	361,00	500g	1805,00
Gebrannte Mandel	500,00	~ 10g	50,00
Gnocchi Combino	164,00	250g	410,00
Golden Toast Volkorntoast	257,00	eine Scheibe 25g	64,25
Gouda mittelalt 48% Fett Milbona	377,00	eine Scheibe ~ 30g	113,10
Grillhähnchen	201,00	1/2 Hähnen ~	645,00
Hackfleisch gemischt	224,00	500g	1120,00
Haferflocken Nordwaldtaler	372,00	21g ~ 3EL	78,12
Hähnchenbrust	107,00	500g	535,00
Hähnchengeschnetzeltes	107,00	400g	428,00
Hanuta Ferrero	542,00	1 Stück ~ 22g	119,24
Harvest Basket Semmelknödel	133,00	1 Knödel ~ 90g	119,70
Haselnüsse	636,00	10g	63,60
Hela Ketchup	130,00	21g ~ 1EL	27,30
Heringsfilets in Tomatencreme Nixe	185,00	200g	370,00
Himbeere	53,00		
Hokkaido Kürbis	67,00	500g	335,00
Honig	305,00	10g	30,50
Honigmelone	54,00	500g	270,00
Hörnchen	348,00		
Inferno Bratwurst Grill Meister	295,00	1 Wurst	171,99
Jever Fun	13,00	500ml	65,00
Joghurt Natur	60,00	500g	300,00
Kaiserbrötchen	270,00	1 Brötchen ~ 57g	153,90
Kaiserbrötchen Lidl	269,00	1 Kaiserbrötchen	174,85
Kaki	71,00	1 Kaki ~ 200g	142,00
Karamellkäse Ekte Geitost	440,00	10g	44,00
Karotte	41,00		
Kartoffel	74,00	500g	370,00
Katenschinken Dulano	224,00	125g	280,00
Kebab Marvest	215,00	250g	537,50
Ketchup	106,00	21g ~ 1EL	22,26
Kissinger Aprikosenmarmelade	344,00	1 Stück ~ 107g	368,08
Kiwi	61,00		
Knoblauch	149,00		
Knollensellerie	42,00		
Kochschinken Gebirgsjäger	99,00	eine Scheibe	24,75
Kokosnussmilch	197,00	250ml	492,50
Kopfsalat	13,00	1000g	130,00
Krapfen mit Apfel	255,00		
Krapfen mit Schokolade	445,00		

Krapfen mit Zucker	319,00		
Kürbiskernbrötchen	356,25	ein Brötchen	285,00
Lambrusco Salamino di St.Croce	99,00	250ml	247,50
Lasagneplatten Barilla	350,00		
Lasagneplatten Combino	350,00		
Leberwurst Streichzwerge Dulano	379,00	ein Würstchen = 26g	98,54
Leberwurst Streichzwerge light Dulano	247,00	26g	64,22
Leinsamen	400,00	1 TL ~ 3,5g	14,00
Leinsamenbrot / Roggenvollkornbrot Pema	207,00	1 Scheibe ~ 55g	113,85
Limonade (hell)	181,00	500ml	905,00
Linsen roh	309,00	130g	401,70
Litschi	71,00	10g	7,10
Long Island Icetea	126,00	250ml	315,00
Maismehl	340,00	250g	850,00
Mais vom Kolben	90,00	250g	225,00
Mandeln	590,00	~ 50g	295,00
Mango	62,00	eine Mango ~ 170g	105,40
Maribel Erdbeermarmelade	235,00	1 EL ~ 32g	75,20
Mars	452,00	1 Rigel 51g	230,52
Mascarpone 80% Fett	420,00	50g	210,00
Maultaschen Bürger	200,00	300g	600,00
Mayonnaise 80% Fett	760,00	5g ~	38,00
MCD Cheeseburger		1 Burger ~	304,00
MCD Chickenburger		1 Burger ~	322,00
MCD Chicken McNuggets		4 Stück ~	179,00
MCD Filet-o-Fish		1 Burger ~	333,00
MCD Hamburger		1 Burger ~	254,00
MCD McRip		1 Burger ~	480,00
Mehrkornhörnchen	349,00		
Meiswaffeln gesalzen Edeka	386,00	1 Waffel ~ 7g	27,02
Milch 1,5% Fett	46,00	500ml	230,00
Milch 3,5% Fett	64,00	500ml	320,00
Milka Alpenmilch	528,00	1 Stück ~ 16,7g	88,18
Milka Lila Pause Nougat-Crème	545,00	1 Stück ~ 38g	207,10
Milka Noisette	547,00		
Milky Way mini	447,00	1 Stück ~ 16,6g	74,43
Mini Choco Softies	401,00	1 Stück ~ 8,3g	33,28
Mohn	472,00	10g	47,20
Mon Chéri Sweet Cherry Ferrero	454,00	1 Stück ~ 10,4g	47,22
Mungobohnenkeimlinge	43,00		
Natur Reis ungegart	357,00	250g	892,50
Nektarine	44,00		
Nori Blätter	345,00	1 Blatt ~ 2,8g	9,66
Nougateier Favorina	561,00	ein Ei	106,59
Nussecke	618,00		
Nussschnecke	451,00		
Obstwasser	250,00	25ml	62,50
Olivenöl EDEKA ESPANA Natives Olivenöl	824,00	15ml	123,60
Orange	47,00	150g	70,50
Original Frankfurter Rindswürstchen	272,00	4 Stück ~ 400g	1088,00
Paradies Creme Sahne Karamel Dr. Oekter	119,40	1 Portion ~ 91g	108,65
Paprika	36,00	eine Paprika ca. 150g	54,00
passierte Tomaten	30,00		
Passionsfrucht	75,00	1 Passionsfrucht ~ 20g	15,00
Pepsi	44,00	500ml	220,00

Pfirsich	39,00		
Pflaumen	45,00		
Pflaumen Kalifornische getrocknet ALESTO	230,00	1 Stück ~ 9g	20,70
Pflaumen getrocknet EDEKA	253,00	1 Stück ~ 9g	22,77
Pflaumentrunk	70,00	250ml	175,00
Physalis	60,00	1 Frucht ~ 6g	3,60
Pilze	15,00	500g	75,00
Pizza die Ofenfrische	207,00	ganze Pizza	859,00
Quark (Magerquark)	70,00	250g	175,00
Quark mit Vanillegeschmack Milbona	92,00	250g	230,00
Radieschen	16,00	10g	1,60
Raffaello	628,00	1 Stück 10g	62,80
Rama	620,00	1 Portion 10g	62,00
Rama Culinesse	670,00	1 Portion 10ml	67,00
Red Bull Energy Drink	45,00	500ml	225,00
Remoulade Kania	600,00	15ml	90,00
Reis gekocht	120,00	250g	300,00
Reis roh	350,00	250g	875,00
Rinder Gulasch Stückchen	119,00	150g	178,50
Rinderbeinscheibe	125,00	250g	312,50
Rinderhackfleisch	234,00	250g	585,00
Roggenvollkornbrot Grafschafter	210,00	1 Scheibe ~ 56g	117,00
Roggenmehl Typ 1150 Rosenmehl	334,00	500g	1670,00
rohes Ei	137,00	ein 55g Ei	75,35
Rosenkohl	36,00	1 Rosenkohl ~ 25g	9,00
Rostbratwurst Lidl	297,00	eine Wurst	247,50
Rostbratwurst Original Thüringer	255,00	1 Bratwurst	255,00
Rote Grütze Milbona	109,00	250g	272,50
Rotkäppchen Sekt Halbtrocken	80,00	200ml	160,00
Rotwein lieblich	78,00	150ml	117,00
Salatgurke	16,00		
Sanella	660,00	10g	66,00
Sardellen	102,00		
Sardinen in Tomatensauce Nixe	125,80	125g	157,25
Schaumkuss mit Schokolade	373,00	1 Stück 25g	93,25
Schinken-Käse-Croissant Lidl	385,00	1 Croissant ~ 90g	346,50
Schlagsahne 30% Fett	293,00	250ml	732,50
Schupfnudeln	170,00	500g	850,00
Schwäbische Eierspätzle Combino	368,00	150g	552,00
Seidenknödel Teig Henglein	113,00	250g	282,50
Snickers	391,00	1 Rigel 51g	199,41
Sojamilch	39,00	500ml	195,00
Sojasprossen	58,00		
Sojola Magariene	630,00	10g	63,00
Sonday Bacino Rote Früchte	480,00	30g = 9 Stück	144,00
Sonnenblumenöl	884,00	10ml	88,40
Spaghetti Vollkorn Bio EDEKA	345,00	250g	862,50
Speisequark Magerstufe Milbona	67,00	250g	167,50
Spezi	44,00	500ml	220,00
Spinat	26,00	ein Stück ~ 50g	13,00
Sprite	37,00	500ml	185,00
Sushi Reis unegart	345,00	250g	862,50
Süßkartoffel	86,00	500g	430,00
Thunfisch im eigenem Saft	91,00	eine Dose	127,40
Tiramisu Eis Cremissimo	200,00	50g	100,00

Tomate	18,00	500g	90,00
Truthahn Wiener Dulano	219,00	1 Wiener	131,40
Truthahn Wiener Käse Paprika Dulano	227,00	ein Würstchen	136,20
Vanille	290,00		
Vanillepudding Belbake	105,00	1 Portion fertig ~ 166g	141,00
Vanillezucker	394,00	1 Pack = 8g	31,52
Vollkornbrot	181,00		
Vollkorn Farfalle Combino	343,00	150g	514,50
Vollkornmehl	325,00	500g	1625,00
Vollkornnudeln	345,00	150g	517,50
Walnüsse	660,00	eine Nuss ~ 4g	26,40
Wassermelone	30,00	500g	150,00
Weintrauben	67,00	250g	167,50
Weizenbier	52,00	500ml	260,00
Weizenmehl	340,00	500g	1700,00
Weizenmehl Typ 550	332,00	500g	1660,00
Weizenmehl Typ 1050	334,00	500g	1670,00
Weizenmehl Vollkorn Bio BELBAKE	327,00	500g	1635,00
Weizenvollkornmehl Edeka Bio	326,00	500g	1630,00
Weizenmischbrot	222,00		
Weißer Nougat	441,00		
Weißer Nougat Torroncini Italiamo	448,00	1 Stück ~ 11,5g	51,52
Weißkraut	22,00	500g	110,00
Wiener 2x4 Dulano	285,00	ein Würstchen	142,50
Wildlachs	95,00	250g	237,50
Wodka	215,00	25ml	53,75
Zitrone	29,00		
Zucchini	19,00		
Zucker	387,00	10g ~ 1EL	38,70
Zuckermelone	55,00	500g	275,00

Alle Angaben ohne Gewähr!

Datum: 30.08.2019

[www.Bernd-Thill.de](http://www.Bernd-Thill.de)