

Norddeutscher Rapshonig ****		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> 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	
<i>Hersteller:</i> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Holunderbeersaft, Zucker, Geliermittel 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
Sanddorn - Fruchtaufstrich		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Sanddornsafte, Zucker, Geliermittel Pektin		Energie	1047 kJ / 250 kcal
			Fett	0 g
			davon gesättigte Fettsäuren	0 g
			Kohlenhydrate	64 g
			davon Zucker	60 g
			Eiweiß	0,5 g
			Salz	0 g
Brotaufstrich Paprika-Chili		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Mari Lädchen Pamitz 12, 17390 Klein Bünzow Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar • nach dem Öffnen kühlen MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Wasser, Kichererbsen*, Zwiebeln*, Paprika*, Olivenöl*, Palmfett*, Meersalz, Aubergine*, Tomatenmark*, Rohrohrzucker*, Essig*, Chili*, Knoblauch*, Pfeffer* *k.b.A.		Energie	917 kJ / 219 kcal
			Fett	16,2 g
			davon gesättigte Fettsäuren	8,3 g
			Kohlenhydrate	11,6 g
			davon Zucker	0,5 g
			Eiweiß	5,9 g
			Salz	1,8 g
Naturkäse (Schnittkäse)		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Alter Pfarrhof Schulstr. 12, 18510 Elmenhorst Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Schnittkäse aus Vollmilch**, mind. 50% Fett i.Tr. **demeter		Energie	1485 kJ / 358 kcal
			Fett	29,0 g
			davon gesättigte Fettsäuren	20,1 g
			Kohlenhydrate	0,1 g
			davon Zucker	0,1 g
			Eiweiß	23,0 g
			Salz	1,8 g
Kräuterkäse (Schnittkäse)		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Alter Pfarrhof Schulstr. 12, 18510 Elmenhorst Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Schnittkäse aus Vollmilch**, mind. 50% Fett i.Tr., in verschiedenen Varianten mit Bockshornklee*, Kümmel*, Kreuzkümmel* **demeter *k.b.A.		Energie	1426 kJ / 340 kcal
			Fett	27,4 g
			davon gesättigte Fettsäuren	19,8 g
			Kohlenhydrate	0,1 g
			davon Zucker	0,1 g
			Eiweiß	22,6 g
			Salz	1,4 g
Frischkäse Julischka (mild-scharf)		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Hof Zandershagen Dorfstr. 20, 18461 Richtenberg Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Vollmilch**, Basilikum*, Knoblauch*, Chili*, Paprika süß*, Steinsalz *k.b.A. **demeter		Energie	795 kJ / 190 kcal
			Fett	14,1 g
			davon gesättigte Fettsäuren	9,4 g
			Kohlenhydrate	4,1 g
			davon Zucker	1,6 g
			Eiweiß	13,2 g
			Salz	1,7 g
Frischkäse mit Dill		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Frischkäse, feine Kräuter, jod. Speisesalz		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

Camembert		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i>	aus pasteurisierter Milch** , mind. 50% Fett i.Tr., mit Weisssschimmel		Energie	1484 kJ / 358 kcal
SOS-Dorfgemeinschaft Hohenwieden Hohenwieden 17, 18507 Grimmen	**demeter		Fett	31,0 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	25,0 g
			Kohlenhydrate	0,2 g
			davon Zucker	0,2 g
			Eiweiß	20,0 g
			Salz	1,0 g
Jagdwurst		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i>	Schweinefleisch (73%), Trinkwasser, Schweinespeck, Speisesalz, Kaliumiodat, Senfsaat , Gewürze (u.a. Senf), Glukosesirup, Stabilisator E331 E450, Saccharose, Dextrose, Emulgator E471, Antioxydationsmittel E300 E301 E330, Konservierungsstoff E250		Energie	1283 kJ / 306 kcal
Torney Landfleischerei Pribslieben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow			Fett	28,0 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	11,0 g
			Kohlenhydrate	1,0 g
			davon Zucker	0,8 g
			Eiweiß	12,0 g
			Salz	2,1 g
Bierschinken		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i>	Schweinefleisch (81%), Trinkwasser, Speck, Speisesalz, Kaliumiodat, Gewürze, Glukosesirup, Dextrose, Stabilisatoren E450 E331, Geschmacksverstärker E621, Emulgator E471, Antioxydationsmittel E300 E301 E330, Konservierungsstoff E250, Aroma, Trennmittel E551		Energie	620 kJ / 148 kcal
Torney Landfleischerei Pribslieben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow			Fett	9,2 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	3,7 g
			Kohlenhydrate	<0,5 g
			davon Zucker	<0,5 g
			Eiweiß	16 g
			Salz	2,2 g
Leberwurst im Glas		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i>	Schweinefleisch (52%), Schweineleber (23%), Schweinespeck, Trinkwasser, Zwiebeln, Kochsalz, Gewürze (u.a. Senf), Emulgator E472b E472c, Saccharose, Dextrose		Energie	1491 kJ / 356 kcal
Torney Landfleischerei Pribslieben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow			Fett	33,0 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	25,0 g
			Kohlenhydrate	2,4 g
			davon Zucker	1,9 g
			Eiweiß	13 g
			Salz	1,8 g
Frühstücksfleisch im Glas		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i>	Schweinefleisch (80%), Trinkwasser, Schweinespeck, Speisesalz, Kaliumiodat, Gelantine, Gewürze, Geschmacksverstärker E621, Antioxydationsmittel E300, Saccharose, Dextrose, Säuerungsmittel E262, Würze, Gewürzaromen, Konservierungsstoff E250		Energie	1269 kJ / 303 kcal
Torney Landfleischerei Pribslieben GmbH Karlsplatz 10a, 17078 Altentreptow			Fett	27,0 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	10,0 g
			Kohlenhydrate	0,7 g
			davon Zucker	<0,5 g
			Eiweiß	14 g
			Salz	2,3 g
Paprika - Salami		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100ml	
<i>Hersteller:</i>	Schweinefleisch, Rindfleisch, Speck, Kochsalz, natürl. Gewürze, Dextrose, Rohrzucker, Maltodextrin, nat. Aroma, Konservierungsstoff: Kaliumnitrat, Antioxydationsmittel: Natriumascorbat, natürlicher Farbstoff echtes Karmin, natürlicher Rauch		Energie	1558 kJ / 376 kcal
Fleischerei Kaeding August-Bebel-Str. 55, 18344 Bad Sülze			Fett	32 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	13,3 g
			Kohlenhydrate	1,0 g
			davon Zucker	<0,5 g
			Eiweiß	22 g
			Salz	3,2 g
Pfeffer - Sanddorn - Pastete		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i>	Schweine- und Rindfleisch, Trinkwasser, Sanddornsaft, Kochsalz, natürliche Gewürze, getr. Hefe, getr. Glukosesirup, Dextrose, Stabilisator: Natriumphosphat, Antioxydationsmittel: Natriumascorbat, Konservierungsstoff: Natriumnitrit, Würze, nat. Aroma, Emulgator: Mono- und Diglyzeride c, nat. Farbstoff: echtes Karmin, Beta-Carotin		Energie	1038 kJ / 248 kcal
Fleischerei Kaeding August-Bebel-Str. 55, 18344 Bad Sülze			Fett	20,5 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	11,9 g
			Kohlenhydrate	1 g
			davon Zucker	0,04 g
			Eiweiß	13,2 g
			Salz	2,1 g
Butter		Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i>	Sauerrahmbutter, Fettgehalt mind. 82%		Energie	3066 kJ / 745 kcal
Hemme Milch GmbH & Co. KG Heideweg 4, 16278 Angermünde			Fett	82,2 g
Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments			davon gesättigte Fettsäuren	51,9 g
			Kohlenhydrate	0,8 g
			davon Zucker	0,8 g
			Eiweiß	0,7 g
			Salz	0,02 g

<p>Frischkäse natur</p> <p><i>Hersteller:</i> SOS-Dorfgemeinschaft Hohenwieden Hohenwieden 17, 18507 Grimmen</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>handgeschöpfter Frischkäse aus pasteurisierter Milch**, mind. 30% Fett i.Tr.</p> <p>**demeter</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>609 kJ / 147 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>11 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>8 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>8 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,09 g</td></tr> </table>	Energie	609 kJ / 147 kcal	Fett	11 g	davon gesättigte Fettsäuren	8 g	Kohlenhydrate	3 g	davon Zucker	3 g	Eiweiß	8 g	Salz	0,09 g
Energie	609 kJ / 147 kcal															
Fett	11 g															
davon gesättigte Fettsäuren	8 g															
Kohlenhydrate	3 g															
davon Zucker	3 g															
Eiweiß	8 g															
Salz	0,09 g															
<p>Roggenlaib</p> <p><i>Hersteller:</i> Konditorei Bäckerei Peters GmbH Neu Mukran 19b, 18546 Sassnitz</p>	<p>Zutaten</p> <p>Roggenmehl, Quellwasser, Weizenmehl, Sauerteig, Meersalz, Hefe, Pflanzenöl, Gewürzmischung (Fenchelsamen, Koriander)</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>774 kJ / 139 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>1,4 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>-</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>36,6 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>-</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>6,1 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>-</td></tr> </table>	Energie	774 kJ / 139 kcal	Fett	1,4 g	davon gesättigte Fettsäuren	-	Kohlenhydrate	36,6 g	davon Zucker	-	Eiweiß	6,1 g	Salz	-
Energie	774 kJ / 139 kcal															
Fett	1,4 g															
davon gesättigte Fettsäuren	-															
Kohlenhydrate	36,6 g															
davon Zucker	-															
Eiweiß	6,1 g															
Salz	-															
<p>Fruchtjoghurt (Mango)***</p> <p><i>Hersteller:</i> Alter Pfarrhof Schulstr. 12, 18510 Elmenhorst</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Joghurt** (aus Vollmilch**), Fruchtzubereitung 20% (Mango**, Rohrohrzucker**, Zitronensaft**, Apfelpektin)</p> <p>**demeter</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>489 kJ / 117 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>3,8 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>2,2 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>14,7 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>11,4 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>3,4 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td><0,1 g</td></tr> </table>	Energie	489 kJ / 117 kcal	Fett	3,8 g	davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g	Kohlenhydrate	14,7 g	davon Zucker	11,4 g	Eiweiß	3,4 g	Salz	<0,1 g
Energie	489 kJ / 117 kcal															
Fett	3,8 g															
davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g															
Kohlenhydrate	14,7 g															
davon Zucker	11,4 g															
Eiweiß	3,4 g															
Salz	<0,1 g															
<p>Fruchtjoghurt (Waldfrucht)***</p> <p><i>Hersteller:</i> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Naturjoghurt, Waldfruchtconfiture (55% Waldfrüchte (in veränderlichen Gewichtsanteilen: Brombeeren, Heidelbeeren, Himbeeren, Erdbeeren), Zucker, Geliermittel Pektin, Säuerungsmittel Zitronensäure), Zucker</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>424 kJ / 101 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>3,4 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>2,4 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>14,0 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>12,1 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>3,0 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,1 g</td></tr> </table>	Energie	424 kJ / 101 kcal	Fett	3,4 g	davon gesättigte Fettsäuren	2,4 g	Kohlenhydrate	14,0 g	davon Zucker	12,1 g	Eiweiß	3,0 g	Salz	0,1 g
Energie	424 kJ / 101 kcal															
Fett	3,4 g															
davon gesättigte Fettsäuren	2,4 g															
Kohlenhydrate	14,0 g															
davon Zucker	12,1 g															
Eiweiß	3,0 g															
Salz	0,1 g															
<p>Erdbeer-Quark-Dessert</p> <p><i>Hersteller:</i> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Naturquark, Naturjoghurt, Erdbeerfruchtzubereitung (55% Erdbeeren, Zucker, Aroniasaftkonzentrat, Geliermittel Pektin, Säuerungsmittel Zitronensäure), Zucker</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>561 kJ / 134 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>5,8 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>3,8 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>13,6 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>13,3 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>5,2 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,1 g</td></tr> </table>	Energie	561 kJ / 134 kcal	Fett	5,8 g	davon gesättigte Fettsäuren	3,8 g	Kohlenhydrate	13,6 g	davon Zucker	13,3 g	Eiweiß	5,2 g	Salz	0,1 g
Energie	561 kJ / 134 kcal															
Fett	5,8 g															
davon gesättigte Fettsäuren	3,8 g															
Kohlenhydrate	13,6 g															
davon Zucker	13,3 g															
Eiweiß	5,2 g															
Salz	0,1 g															
<p>Vanille-Quark-Dessert</p> <p><i>Hersteller:</i> Molkerei Naturprodukt GmbH Poseritz Hof 15, 18574 Poseritz</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Naturquark, Naturjoghurt, Zucker, gemahlene Vanilleschoten, natürl. Vanillearoma, Färberdistelextrakt</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100g</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>545 kJ / 130 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>6,6 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>4,6 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>11,9 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>11,9 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>5,6 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,1 g</td></tr> </table>	Energie	545 kJ / 130 kcal	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
Energie	545 kJ / 130 kcal															
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															
<p>Pommerland BIO Kräuter-Tee ****</p> <p><i>Hersteller:</i> Kräutergarten Pommerland eG Am Sonnenacker 3-5, 17440 Pulow</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten (4 Kräutermischungen)</p> <p>Sonnengruß: Zitronenmelisse*, Hagebutte*, Zitronengras*, Hibiskus*, Ingwer*, Sonnenblumenblüte* Drachenglut: Drachenkopf*, Lindenblüte*, Holunderblüte*, Malve*, Thymian*, Salbei*, Spitzwegerich* Sternklang: Zitronenmelisse*, Zitronenverbene*, Thymian*, Lavendel*, Fenchel*, Malve*, Ringelblume* Blütenreigen: Zitronenmelisse*, Holunderblüte*, Thymian*, Zitronenverbene*, Malve*, Ringelblume*, Kornblume* *k.b.A.</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>BIO H-Vollmilch (3,8%)</p> <p><i>Hersteller:</i> Gläserne Molkerei GmbH Meiereiweg 1, 19217 Dechow</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Zutaten</p> <p>Milch</p>	<p>Durchschnittliche Nährwerte pro 100ml</p> <table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>285 kJ / 68 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>3,9 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>2,4 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	285 kJ / 68 kcal	Fett	3,9 g	davon gesättigte Fettsäuren	2,4 g	Kohlenhydrate	4,9 g	davon Zucker	4,9 g	Eiweiß	3,4 g	Salz	0,13 g
Energie	285 kJ / 68 kcal															
Fett	3,9 g															
davon gesättigte Fettsäuren	2,4 g															
Kohlenhydrate	4,9 g															
davon Zucker	4,9 g															
Eiweiß	3,4 g															
Salz	0,13 g															

Apfelsaft	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100ml														
<p>Hersteller:</p> <p>Privatkellerei Klaus Derer Marktplatz 9, 18510 Elmehorst</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	Direktsaft, 100% Fruchtgehalt, lt. Gesetz ohne Zuckerzusatz enthält von Natur aus Zucker	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>199 kJ / 47 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>0,1 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>0,02 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>11,0 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>10,5 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>0,1 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,005 g</td></tr> </table>	Energie	199 kJ / 47 kcal	Fett	0,1 g	davon gesättigte Fettsäuren	0,02 g	Kohlenhydrate	11,0 g	davon Zucker	10,5 g	Eiweiß	0,1 g	Salz	0,005 g
Energie	199 kJ / 47 kcal															
Fett	0,1 g															
davon gesättigte Fettsäuren	0,02 g															
Kohlenhydrate	11,0 g															
davon Zucker	10,5 g															
Eiweiß	0,1 g															
Salz	0,005 g															

Stralsunder Marzipan	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>Stralsunder Marzipanhaus im Hotel am Jungfernstieg Betriebsgesellschaft mbH Jungfernstieg 1b, 18437 Stralsund</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>mit SanddornOrange in Zartbitterschokolade</p> <p>Marzipan: Mandeln, Zucker, Invertzuckersirup, Sanddornfruchtmark, Alkohol, Orangensaftkonzentrat, Säuerungsmittel, Verdickungsmittel Schokolade: Kakaomasse, Zucker, Kakaobutter, Emulgator Lecithin (Soja), Bourbonvanilleextrakt, kann Spuren von Schalenfrüchten und Milch enthalten</p>	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>2151 kJ / 517 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>34,6 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>8,9 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>34,0 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>33,5 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>14,0 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>0,04 g</td></tr> </table>	Energie	2151 kJ / 517 kcal	Fett	34,6 g	davon gesättigte Fettsäuren	8,9 g	Kohlenhydrate	34,0 g	davon Zucker	33,5 g	Eiweiß	14,0 g	Salz	0,04 g
Energie	2151 kJ / 517 kcal															
Fett	34,6 g															
davon gesättigte Fettsäuren	8,9 g															
Kohlenhydrate	34,0 g															
davon Zucker	33,5 g															
Eiweiß	14,0 g															
Salz	0,04 g															

Eier ****	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>Poseritzer EierHOF 18574 Poseritz</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	Hühnereier aus Bodenhaltung	<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	-															

Kaffee ****	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>LandDelikat • Michelle & Michael Rost GbR Nelkenstr. 16, 18356 Barth</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	Bio Hochland Kaffee, gemahlen 100% Arabica Herkunft: Honduras	<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	-															

Wasser (laut & leise) ****	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>Barther Brauerei Am Betonwerk 6, 18356 Barth</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Wasser (laut) - mit Kohlensäure Wasser (leise) - ohne Zusatz von Kohlensäure</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	-															

Das Mecklenburger Landbrot bei Bestellung zur Lieferung an einem Sonntag bzw. gesetzlichen Feiertag in Mecklenburg-Vorpommern.

Mecklenburger Landbrot	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>Konditorei Bäckerei Peters GmbH Neu Mukran 19b, 18546 Sassnitz</p>	<p>Quellwasser, Roggenmehl, Weizenmehl, Sauerteig, Weizen-vollkornmehl, Meersalz, Hartweizen, Hafer gequetscht, Sesamsamen, Leinsamen, Hefe, kaltgepresstes Rügener Rapsöl</p>	<table border="1"> <tr><td>Energie</td><td>891 kJ / 213 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>3,1 g</td></tr> <tr><td>davon gesättigte Fettsäuren</td><td>-</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>37,9 g</td></tr> <tr><td>davon Zucker</td><td>-</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>7,2 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>-</td></tr> </table>	Energie	891 kJ / 213 kcal	Fett	3,1 g	davon gesättigte Fettsäuren	-	Kohlenhydrate	37,9 g	davon Zucker	-	Eiweiß	7,2 g	Salz	-
Energie	891 kJ / 213 kcal															
Fett	3,1 g															
davon gesättigte Fettsäuren	-															
Kohlenhydrate	37,9 g															
davon Zucker	-															
Eiweiß	7,2 g															
Salz	-															

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

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

*** Der enthaltene Fruchtjoghurt ist nachfrage- und saisonbedingt nicht immer in einer einzigen Sorte verfügbar, hier behalten wir uns einen Wechsel in den angegebenen Varianten vor.

**** 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 / Schnittkäse / 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 mindestens 14 Tage haltbar.

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

An Ihrem Anreisetag informieren wir Sie auf einem (außerhalb des versiegelten Paketes befindlichen) Lieferschein entsprechend Ihrer Bestellung detailliert zum MHD der enthaltenen Produkte.

Stand: Januar 2020
Der Ostsee-Genuss.