

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 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

Brotaufstrich 6-Korn-Meerrettich	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Mari Lädchen Pamitz 12, 17390 Klein Bünzow Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Wasser, 6-Kornmischung* (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Buchweizen), Butter*, Zwiebeln*, Meerrettich* (Meerrettich, Apfelessig, Wasser, Sonnenblumenöl, Apfeldicksaft, Meersalz, Verdickungsmittel Guarkeimehl), Apfel*, Sonnenblumenöl*, Meersalz, Pfeffer* *k.b.A.	Energie	1021 kJ / 243 kcal
		Fett	18,4 g
		davon gesättigte Fettsäuren	9,1 g
		Kohlenhydrate	17,6 g
		davon Zucker	1,2 g
		Eiweiß	5,3 g
		Salz	1,4 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 Voll milch **, 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 Voll milch **, 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

Friskäse 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	Voll milch **, 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 in Öl 'Pepper'	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>Hof Zandershagen Dorfstr. 20, 18461 Richtenberg</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Vollmilch**, Paprika*, Pfeffer*, Schnittlauch*, Steinsalz, natives Sonnenblumenöl*</p> <p>*k.b.A **demeter</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>985 kJ / 235 kcal</p> <p>19,3 g</p> <p>9,0 g</p> <p>3,9 g</p> <p>1,8 g</p> <p>10 g</p> <p>1,3 g</p>
Frischkäse mit Dill	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>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>Frischkäse, feine Kräuter, jod. Speisesalz</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>707 kJ / 169 kcal</p> <p>12,2 g</p> <p>8,3 g</p> <p>3,2 g</p> <p>2,0 g</p> <p>10,5 g</p> <p>1,1 g</p>
Camembert	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>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>aus pasteurisierter Milch**, mind. 50% Fett i.Tr., mit Weissesschimmel</p> <p>**demeter</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>1484 kJ / 358 kcal</p> <p>31,0 g</p> <p>25,0 g</p> <p>0,2 g</p> <p>0,2 g</p> <p>20,0 g</p> <p>1,0 g</p>
Storchennest Müsli	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>Minimanufaktur Parow Dorfstr. 22, 18445 Parow</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Haferflocken (48%), Sonnenblumenkerne (34%), brauner Zucker (14%), Rapsöl (4%) kann Spuren von Nüssen enthalten</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>1331 kJ / 318 kcal</p> <p>5,1 g</p> <p>1,3 g</p> <p>60,4 g</p> <p>14,0 g</p> <p>10,4 g</p> <p>0 g</p>
Naturjoghurt	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>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>Naturjoghurt mit mind. 4% Fett im Milchanteil</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>336 kJ / 80 kcal</p> <p>3,9 g</p> <p>2,7 g</p> <p>5,6 g</p> <p>5,6 g</p> <p>5,3 g</p> <p>0,1 g</p>
Butter	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100ml	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>Hemme Milch GmbH & Co. KG Heideweg 4, 16278 Angermünde</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Sauerrahmbutter, Fettgehalt mind. 82%</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>3066 kJ / 745 kcal</p> <p>82,2 g</p> <p>51,9 g</p> <p>0,8 g</p> <p>0,8 g</p> <p>0,7 g</p> <p>0,02 g</p>
Frischkäse natur	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>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>handgeschöpfter Frischkäse aus pasteurisierter Milch**, mind. 30% Fett i.Tr.</p> <p>**demeter</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>609 kJ / 147 kcal</p> <p>11 g</p> <p>8 g</p> <p>3 g</p> <p>3 g</p> <p>8 g</p> <p>0,09 g</p>
Roggenlaib	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<p><i>Hersteller:</i></p> <p>Konditorei Bäckerei Peters GmbH Neu Mukran 19b, 18546 Sassnitz</p>	<p>Roggenmehl, Quellwasser, Weizenmehl, Sauerteig, Meersalz, Hefe, Pflanzenöl, Gewürzmischung (Fenchelsamen, Koriander)</p>	<p>Energie</p> <p>Fett</p> <p>davon gesättigte Fettsäuren</p> <p>Kohlenhydrate</p> <p>davon Zucker</p> <p>Eiweiß</p> <p>Salz</p>	<p>774 kJ / 139 kcal</p> <p>1,4 g</p> <p>-</p> <p>36,6 g</p> <p>-</p> <p>6,1 g</p> <p>-</p>

Fruchtjoghurt (Mango)***	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>Alter Pfarrhof Schulstr. 12, 18510 Elmenhorst</p> <p>Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Joghurt** (aus Vollmilch**), Fruchtzubereitung 20% (Mango**, Rohrohrzucker**, Zitronensaft**, Apfelpektin)</p> <p>**demeter</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															

Fruchtjoghurt (Waldfrucht)***	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>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>Naturjoghurt, Waldfruchtkonfitüre (55% Waldfrüchte (in veränderlichen Gewichtsanteilen: Brombeeren, Heidelbeeren, Himbeeren, Erdbeeren), Zucker, Geliermittel Pektin, Säuerungsmittel Zitronensäure), Zucker</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															

Erdbeer-Quark-Dessert	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>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>Naturquark, Naturjoghurt, Erbeerfruchtzubereitung (55% Erdbeeren, Zucker, Aroniasaftkonzentrat, Geliermittel Pektin, Säuerungsmittel Zitronensäure), Zucker</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															

Vanille-Quark-Dessert	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>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>Naturquark, Naturjoghurt, Zucker, gemahlene Vanilleschoten, natürl. Vanillearoma, Färbdistelextrakt</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															

Pommerland BIO Kräuter-Tee ****	Zutaten (4 Kräutermischungen)	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>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>Sonnengruß: Zitronenmelisse*, Hagebutte*, Zitronengras*, Hibiskus*, Ingwer*, Sonnenblumenblüte*</p> <p>Drachenglut: Drachenkopf*, Lindenblüte*, Holunderblüte*, Malve*, Thymian*, Salbei*, Spitzwegerich*</p> <p>Sternenklang: Zitronenmelisse*, Zitronenverbene*, Thymian*, Lavendel*, Fenchel*, Malve*, Ringelblume*</p> <p>Blütenreigen: Zitronenmelisse*, Holunderblüte*, Thymian*, Zitronenverbene*, Malve*, Ringelblume*, Kornblume*</p> <p>*k.b.A.</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	-															

BIO H-Vollmilch (3,8%)	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>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>Milch</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 100g														
<p>Hersteller:</p> <p>Privatkelterei Klaus Derer Marktplatz 9, 18510 Elmehorst</p> <p>Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments</p>	<p>Direktsaft, 100% Fruchtgehalt, lt. Gesetz ohne Zuckerzusatz enthält von Natur aus Zucker</p>	<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 100ml														
<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</p> <p>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	
<i>Hersteller:</i> Poseritzer EierHOF 18574 Poseritz Art der Aufbewahrung: im Kühlschrank (4-7 °C) MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Hühnereier aus Bodenhaltung	Energie	-
		Fett	-
		davon gesättigte Fettsäuren	-
		Kohlenhydrate	-
		davon Zucker	-
		Eiweiß	-
		Salz	-

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

Wasser (laut & leise) ****	Zutaten	Durchschnittliche Nährwerte pro 100g	
<i>Hersteller:</i> Barther Brauerei Am Betonwerk 6, 18356 Barth Art der Aufbewahrung: ohne Kühlung haltbar MHD-Hinweis am Ende des Dokuments	Wasser (laut) - mit Kohlensäure Wasser (leise) - ohne Zusatz von Kohlensäure	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	
<i>Hersteller:</i> Konditorei Bäckerei Peters GmbH Neu Mukran 19b, 18546 Sassnitz	Quellwasser, Roggenmehl , Weizenmehl , Sauerteig, Weizen-vollkornmehl , Meersalz, Hartweizen, Hafer gequetscht, Sesamsamen , Leinsamen, Hefe, kaltgepresstes Rügener Rapsöl	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 Fruchtojoghurt 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, Frischkäse, Joghurt und Quark 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* 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.