

Salate - gerade Kalenderwoche

Montag



1533 Krautsalat 3
347kJ / 83kcal, Fett 2,6g, Kohlenhydrate 12,5g, Zucker 12,3g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 1,1g, Salz 1,63g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Dienstag



1534 Gurkensalat 3,2
191kJ / 45kcal, Fett 1,0g, Kohlenhydrate 8,3g, Zucker 7,3g, Salz 1,60g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Mittwoch



1536 Rote Betesalat
157kJ / 37kcal, Kohlenhydrate 7,2g, Zucker 7,0g, Ballaststoffe 1,5g, Eiweiß 1,1g, Salz 1,00g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Donnerstag



1537 Möhrensalat (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart) 3,2,10
252kJ / 59kcal, Kohlenhydrate 14,0g, Zucker 7,5g, Eiweiß 0,6g, Salz 0,93g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Freitag



1533 Krautsalat 3
347kJ / 83kcal, Fett 2,6g, Kohlenhydrate 12,5g, Zucker 12,3g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 1,1g, Salz 1,63g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Samstag



1534 Gurkensalat 3,2
191kJ / 45kcal, Fett 1,0g, Kohlenhydrate 8,3g, Zucker 7,3g, Salz 1,60g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Sonntag



1536 Rote Betesalat
157kJ / 37kcal, Kohlenhydrate 7,2g, Zucker 7,0g, Ballaststoffe 1,5g, Eiweiß 1,1g, Salz 1,00g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Salate - ungerade Kalenderwoche

Montag



1537 Möhrensalat (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart) 3,2,10
252kJ / 59kcal, Kohlenhydrate 14,0g, Zucker 7,5g, Eiweiß 0,6g, Salz 0,93g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Dienstag



1533 Krautsalat 3
347kJ / 83kcal, Fett 2,6g, Kohlenhydrate 12,5g, Zucker 12,3g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 1,1g, Salz 1,63g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Mittwoch



1534 Gurkensalat 3,2
191kJ / 45kcal, Fett 1,0g, Kohlenhydrate 8,3g, Zucker 7,3g, Salz 1,60g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Donnerstag



1536 Rote Betesalat
157kJ / 37kcal, Kohlenhydrate 7,2g, Zucker 7,0g, Ballaststoffe 1,5g, Eiweiß 1,1g, Salz 1,00g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Freitag



1537 Möhrensalat (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart) 3,2,10
252kJ / 59kcal, Kohlenhydrate 14,0g, Zucker 7,5g, Eiweiß 0,6g, Salz 0,93g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Samstag



1533 Krautsalat 3
347kJ / 83kcal, Fett 2,6g, Kohlenhydrate 12,5g, Zucker 12,3g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 1,1g, Salz 1,63g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)

Sonntag



1534 Gurkensalat 3,2
191kJ / 45kcal, Fett 1,0g, Kohlenhydrate 8,3g, Zucker 7,3g, Salz 1,60g
🌿 (G), (E), (M), (Me), (La), (Sf)