

# Nutrition Facts dean&david

Status: March 2020



Product			Energy (kJ)		Energy (kcal)		Fat (g)		of which saturates (g)		Carbohydrates (g)		of which sugars (g)		Protein (g)		Salt (g)			
			per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion		
			Product																	
Salads  (without dressing and without bread)	Veggie & Vegan	Side Salad	One Size	88	44	21	11	0,3	0,1	0,1	0,0	3,4	1,7	3,2	1,6	1,1	0,6	0,0	0,0	
		Avocado Superfood	Classic	420	2290	100	548	6,6	35,7	0,7	3,6	8,3	45,2	3,1	16,8	1,9	10,5	0,2	1,3	
		Avocado Superfood Express		489	1738	117	416	7,5	26,6	0,8	2,8	9,8	34,9	4,1	14,5	2,3	8,0	0,2	0,7	
		Falafel Tahini	Classic	426	1738	102	415	3,0	12,4	0,4	1,6	14,9	60,8	4,4	18,0	3,0	12,3	0,5	1,9	
		Falafel Tahini Express		409	1484	98	354	2,9	10,7	0,4	1,3	14,4	52,3	4,5	16,3	2,8	10,2	0,4	1,5	
		Grilled Veggie	Classic	477	1399	115	336	7,7	22,6	2,5	7,3	5,3	15,6	3,7	10,9	5,3	15,4	0,4	1,2	
		Paris	Classic	529	1454	127	349	9,1	24,9	4,0	10,9	4,9	13,4	4,5	12,5	6,3	17,2	0,3	0,7	
	Paris Express		452	1017	108	244	7,4	16,7	3,2	7,3	4,9	10,9	4,5	10,2	5,3	11,9	0,2	0,5		
	Plant Protein	Tofu&Greens Express		288	748	69	179	3,4	8,9	0,5	1,4	4,1	10,6	2,5	6,4	5,1	13,3	0,4	1,0	
		NoChicken Vitality Express		531	1600	127	383	7,3	22,0	2,7	8,1	4,2	12,6	1,8	5,5	10,2	30,6	0,7	2,0	
		Italian Pesto Express		437	1289	105	309	5,8	17,1	1,8	5,2	4,0	11,8	1,9	5,6	8,1	24,0	0,6	1,9	
		Big Easy Beef	Classic	369	1240	88	295	4,7	15,8	1,2	4,0	3,3	11,0	2,6	8,7	8,1	27,2	0,1	0,5	
	Chicken & Beef	Caesar Chicken	Classic	498	1538	119	367	5,8	17,9	2,5	7,7	5,7	17,5	1,6	5,0	10,7	33,1	0,7	2,2	
		Caesar Chicken Express		472	1342	113	320	5,4	15,4	2,1	6,0	4,9	14,0	1,6	4,4	10,7	30,5	0,7	2,0	
		Chicken Vitality	Classic	485	1726	116	411	6,7	23,7	3,0	10,7	3,4	12,2	2,0	7,0	10,4	36,9	0,7	2,4	
		Chicken Vitality Express		487	1514	116	361	6,5	20,2	2,6	8,2	3,3	10,4	1,8	5,5	10,9	34,0	0,7	2,0	
		Chicken Pesto Express		402	1226	96	293	5,2	15,8	1,7	5,3	3,2	9,9	1,9	5,7	8,9	27,1	0,6	1,9	
	Sea	Avocado Prawn	Classic	290	1013	69	242	3,3	11,5	0,5	1,8	4,4	15,3	3,5	12,3	5,1	17,7	0,0	0,2	
		Surf & Turf	Classic	275	1101	66	262	1,4	5,4	0,9	3,6	3,4	13,7	2,1	8,2	10,0	40,1	0,4	1,8	
Salmon & Greens Express			334	867	80	207	3,7	9,6	0,6	1,5	4,0	10,5	2,5	6,6	7,3	19,1	0,5	1,3		
Salmon Spring		Classic	511	1702	122	406	6,2	20,5	2,9	9,6	7,9	26,3	2,5	8,3	8,5	28,2	0,7	2,3		
Dressings & Bread	Dressings	Balsamic Maple Sirup	Classic	1185	948	282	225	25,2	20,2	2,4	1,9	13,7	11,0	11,1	8,9	0,4	0,3	2,8	2,3	
		Balsamic Maple Sirup	Express	1185	948	282	225	25,2	20,2	2,4	1,9	13,7	11,0	11,1	8,9	0,4	0,3	2,8	2,3	
		Ginger Sesame	Classic	1885	1508	449	359	40,7	32,6	4,2	3,4	18,0	14,4	15,7	12,6	2,6	2,1	3,6	2,9	
		Ginger Sesame	Express	1885	1508	449	359	40,7	32,6	4,2	3,4	18,0	14,4	15,7	12,6	2,6	2,1	3,6	2,9	
		Caesar	Classic	1278	1022	309	247	30,3	24,2	11,2	9,0	6,1	4,9	4,0	3,2	3,1	2,5	1,7	1,4	
		Caesar	Express	1278	1022	309	247	30,3	24,2	11,2	9,0	6,1	4,9	4,0	3,2	3,1	2,5	1,7	1,4	
		Rocket	Classic	1536	1229	366	293	34,9	28,0	4,2	3,3	11,9	9,5	11,8	9,5	1,0	0,8	1,4	1,1	
		Rocket	Express	1536	1229	366	293	34,9	28,0	4,2	3,3	11,9	9,5	11,8	9,5	1,0	0,8	1,4	1,1	
		Tahini Lemon	Classic	1080	864	258	207	21,0	16,8	4,1	3,3	12,3	9,8	6,2	4,9	3,8	3,1	3,8	1,9	
		Tahini Lemon	Express	1080	864	258	207	21,0	16,8	4,1	3,3	12,3	9,8	6,2	4,9	3,8	3,1	3,8	1,9	
		Sweet Honey Mustard	Classic	1954	1563	474	379	47,4	37,9	3,7	3,0	10,9	8,7	10,2	8,2	0,9	0,7	1,0	0,8	
		Sweet Honey Mustard	Express	1954	1563	474	379	47,4	37,9	3,7	3,0	10,9	8,7	10,2	8,2	0,9	0,7	1,0	0,8	
		Basil Pesto	Express	1115	892	270	216	25,6	20,5	2,5	2,0	8,8	7,1	6,7	5,4	0,9	0,7	2,4	1,9	
		Bread	1 Piece	1016	254	243	61	3,3	0,8	0,5	0,1	42,3	10,6	0,5	0,1	7,9	2,0	1,6	0,4	
		Specials	Avocado Halloumi	Classic	413	1922	99	459	7,1	32,8	3,1	14,6	3,3	15,2	1,6	7,5	5,2	24,0	0,5	2,3



Product	Energy (kJ)		Energy (kcal)		Fat (g)		of which saturates (g)		Carbohydrates (g)		of which sugars (g)		Protein (g)		Salt (g)	
	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion
	Mixed Salad	82	82	20	20	0,3	0,3	0,1	0,1	2,8	2,8	2,7	2,7	1,3	1,3	0,0
Basic - Basil Pesto	1727	173	419	42	44,0	4,4	4,2	0,4	5,1	0,5	2,1	0,2	1,4	0,1	4,1	0,4
Basic - Croutons	1945	389	463	93	19,5	3,9	11,5	2,3	60,0	12,0	2,0	0,4	10,0	2,0	3,3	0,7
Basic - Crunchy Onions	2468	247	594	59	44,0	4,4	22,0	2,2	42,0	4,2	6,0	0,6	6,0	0,6	1,5	0,2
Basic - Edamame	517	155	123	37	5,0	1,5	5,0	1,5	10,8	3,2	0,0	0,0	13,1	3,9	5,0	1,5
Basic - Egg	649	266	155	64	11,2	4,6	3,3	1,4	0,6	0,2	0,3	0,1	13,1	5,4	0,3	0,1
Basic - Peanuts	2537	507	604	121	51,9	10,4	9,7	1,9	9,1	1,8	3,6	0,7	26,4	5,3	1,9	0,4
Basic - Pomegranate	327	33	76	8	0,6	0,1	0,1	0,0	16,1	1,6	16,1	1,6	0,7	0,1	0,0	0,0
Basic - Cucumber	50	15	12	4	0,2	0,1	0,1	0,0	1,8	0,5	1,8	0,5	0,6	0,2	0,0	0,0
Basic - Carrots	137	55	33	13	0,2	0,1	0,0	0,0	6,8	2,7	6,3	2,5	0,8	0,3	0,1	0,0
Basic - Sweet Corn	319	160	76	38	1,2	0,6	0,2	0,1	12,6	6,3	2,7	1,4	3,1	1,6	0,6	0,3
Basic - Mango	256	128	61	31	0,5	0,3	0,1	0,1	13,0	6,5	12,7	6,4	0,6	0,3	0,0	0,0
Basic - Olives	643	129	153	31	15,8	3,2	2,6	0,5	1,0	0,2	0,1	0,0	0,5	0,1	2,3	0,5
Basic - Pepper	80	40	19	10	0,2	0,1	0,0	0,0	2,9	1,5	2,4	1,2	1,1	0,6	0,0	0,0
Basic - Beetroot	168	84	40	20	0,1	0,1	0,0	0,0	8,1	4,1	8,1	4,1	1,5	0,8	0,1	0,1
Basic - Red Cabbage	92	37	22	9	0,2	0,1	0,0	0,0	3,5	1,4	3,5	1,4	1,5	0,6	0,0	0,0
Basic - Sunflower Seeds	2016	202	480	48	26,3	2,6	3,1	0,3	34,7	3,5	3,5	0,4	26,1	2,6	0,0	0,0
Basic - Tomatoes	71	36	17	9	0,2	0,1	0,0	0,0	2,6	1,3	2,5	1,3	0,9	0,5	0,0	0,0
Basic - Walnuts	2999	450	714	107	70,6	10,6	6,5	1,0	6,1	0,9	2,7	0,4	16,1	2,4	0,0	0,0
Basic - Grapes	294	147	70	35	0,3	0,2	0,1	0,1	15,2	7,6	15,1	7,6	0,7	0,4	0,0	0,0
Extra - Avocado	579	290	138	69	12,5	6,3	2,1	1,1	3,6	1,8	0,4	0,2	1,4	0,7	0,0	0,0
Extra - Falafel	806	846	192	202	5,6	5,9	0,8	0,8	27,0	28,4	4,4	4,6	6,2	6,5	1,3	1,4
Extra - Prawns	388	326	92	78	1,8	1,5	0,4	0,3	1,2	1,0	0,0	0,0	17,5	14,7	0,2	0,2
Extra - Gran Biraghi	1739	261	418	63	30,0	4,5	21,0	3,2	0,0	0,0	0,0	0,0	37,0	5,6	1,8	0,3
Extra - Grillgemüse	286	294	68	71	3,2	3,3	0,4	0,4	6,2	6,4	5,3	5,5	2,0	2,1	0,0	0,0
Extra - Chicken Breast Stripes	608	505	144	119	5,4	4,5	0,9	0,8	1,3	1,1	0,6	0,5	22,2	18,4	1,4	1,2
Extra - Hummus	865	346	208	83	14,0	5,6	1,1	0,4	16,0	6,4	2,7	1,1	5,6	2,2	1,1	0,4
Extra - Salmon	755	453	180	108	9,2	5,5	1,5	0,9	0,9	0,5	0,9	0,5	23,2	13,9	2,2	1,3
Extra - Mozzarella Cheese	998	479	240	115	18,0	8,6	11,7	5,6	1,5	0,7	1,5	0,7	18,0	8,6	0,6	0,3
Extra - Beef Stripes	503	403	119	95	2,3	1,8	2,1	1,7	0,8	0,6	0,0	0,0	23,8	19,0	0,1	0,1
Extra - Sheep's Cheese	1198	599	286	143	23,0	11,5	16,2	8,1	2,5	1,3	0,4	0,2	17,3	8,7	2,0	1,0
Extra - Sweet Potatoes	583	484	139	115	4,2	3,5	0,5	0,4	23,2	19,3	4,4	3,7	1,5	1,3	0,0	0,0
Extra - Whole Grain Bulgur	1202	1202	288	288	18,3	18,3	1,4	1,4	26,7	26,7	0,6	0,6	4,5	4,5	0,9	0,9
Extra - Goat's Cheese	1225	735	295	177	23,0	13,8	16,3	9,8	1,0	0,6	1,0	0,6	21,0	12,6	1,2	0,7

Saladbar

Product		Energy (kJ)		Energy (kcal)		Fat (g)		of which saturates (g)		Carbohydrates (g)		of which sugars (g)		Protein (g)		Salt (g)	
		per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion	per 100 g/ml	per portion
Bowls (inkl. Sauce)	Avocado Chicken Bowl	449	2490	107	592	3,7	20,8	0,6	3,1	12,2	67,5	1,6	8,7	5,7	31,4	0,5	2,9
	Avocado Salsa Bowl	473	2575	113	614	4,2	22,6	0,6	3,1	12,8	69,7	1,6	8,7	5,1	27,9	0,5	2,9
	Crunchy Beef Bowl	655	3460	157	827	7,7	40,5	1,7	8,9	15,1	79,9	4,0	21,1	6,4	34,0	0,6	3,1
	Crunchy Chicken Bowl	653	3450	156	825	7,6	40,1	1,5	7,7	15,2	80,4	4,1	21,6	6,3	33,4	0,8	4,2
	Grains & Greens Bowl	683	3536	163	847	8,1	42,0	1,5	7,6	15,9	82,6	4,2	21,6	5,8	30,0	0,8	4,2
	Salmon Avocado Bowl	704	3612	168	864	9,3	47,6	1,7	8,9	15,0	76,8	3,3	17,1	5,8	29,9	0,8	4,4
	Mango Prawn Bowl	706	3404	169	814	8,9	43,0	1,4	6,7	15,9	76,4	4,2	20,3	5,9	28,7	0,7	3,2
	Peanut Beef Bowl	676	3328	161	792	8,6	42,3	1,5	7,4	13,4	65,9	2,3	11,5	7,3	35,9	0,3	1,4
	Vegan Falafel Bowl	504	2732	120	651	4,1	22,3	0,4	2,4	16,8	90,8	3,1	16,7	3,4	18,5	0,6	3,2
Veggie Buddha Bowl	636	3466	152	829	7,6	41,6	1,1	5,8	16,9	92,2	4,3	23,2	3,4	18,7	0,5	2,9	
Vegan Curry Bowl	574	3239	137	772	6,8	38,2	3,6	20,4	15,4	86,6	3,2	18,1	3,1	17,7	0,7	4,0	
Bowl Sauces	Soja-Sesam Sauce	1499	1199	362	290	32,8	26,2	3,3	2,6	13,8	11,0	12,5	10,0	1,8	1,4	1,3	1,0
	Mexican Salsa	331	414	79	99	5,2	6,5	0,6	0,8	6,4	8,0	3,7	4,6	2,1	2,6	1,0	1,3
	Lemon Mint Sauce	566	453	136	109	11,5	9,2	1,0	0,8	5,4	4,4	3,5	2,8	2,4	1,9	1,8	1,4
	Peanut Lime Sauce	1440	1152	344	275	31,7	25,4	4,1	3,3	10,9	8,7	7,8	6,2	4,2	3,4	0,9	0,7
Curry	Green Thai Curry - Beef	554	2693	132	641	4,1	19,9	3,0	14,8	17,6	85,4	2,3	11,1	5,9	28,6	0,5	2,3
	Green Thai Curry - Chicken	552	2683	131	639	4,0	19,6	2,8	13,6	17,7	85,9	2,4	11,6	5,8	28,0	0,7	3,5
	Green Thai Curry - Prawns	541	2523	129	602	4,1	19,2	2,9	13,4	18,3	85,5	2,4	11,1	4,3	20,1	0,5	2,4
	Green Thai Curry - Soy Stripes	581	2769	139	661	4,5	21,5	2,8	13,5	18,5	88,1	2,4	11,5	5,2	24,5	0,7	3,5
	Green Thai Curry - Tofu	562	2735	134	653	5,0	24,5	2,9	14,2	17,6	85,6	2,4	11,5	4,2	20,4	0,7	3,5
	Green Thai Curry - vegan	557	2595	133	619	5,0	23,1	3,6	16,9	19,4	90,7	3,1	14,3	2,2	10,3	0,6	2,9
	Korma Curry - Chicken	543	2642	130	630	2,8	13,6	0,8	4,1	19,0	92,2	2,1	10,4	6,7	32,4	0,8	3,8
	Korma Curry - Soy Stripes	573	2728	137	652	3,2	15,4	0,8	4,0	19,8	94,4	2,2	10,4	6,1	29,0	0,8	3,8
	Korma Curry - Tofu	554	2694	132	644	3,8	18,5	1,0	4,7	18,9	91,9	2,1	10,3	5,1	24,9	0,8	3,8
	Korma Curry - vegetarisch	560	2086	134	498	2,7	10,2	0,9	3,4	23,2	86,4	2,1	7,8	3,7	13,8	0,7	2,6
	Red Thai Curry - Beef	553	2688	132	640	4,0	19,7	3,0	14,4	17,6	85,4	2,3	11,0	5,9	28,6	0,6	2,7
	Red Thai Curry - Chicken	551	2679	131	638	4,0	19,4	2,7	13,2	17,7	85,9	2,4	11,5	5,8	28,0	0,8	3,8
	Red Thai Curry - Prawns	540	2518	129	600	4,1	18,9	2,8	13,0	18,3	85,5	2,4	11,0	4,3	20,1	0,6	2,8
	Red Thai Curry - Soy Stripes	580	2765	139	660	4,5	21,2	2,8	13,2	18,5	88,1	2,4	11,4	5,2	24,5	0,8	3,8
	Red Thai Curry - Tofu	562	2731	134	652	5,0	24,3	2,8	13,8	17,6	85,6	2,3	11,4	4,2	20,4	0,8	3,9
	Red Thai Curry - vegan	555	2589	132	618	4,9	22,8	3,5	16,5	19,4	90,7	3,0	14,2	2,2	10,3	0,7	3,4
	Yellow Thai Curry - Beef	549	2672	131	637	3,9	19,1	2,9	14,1	17,7	85,9	2,5	12,1	5,9	28,7	0,5	2,3
	Yellow Thai Curry - Chicken	548	2663	130	634	3,9	18,8	2,7	12,9	17,8	86,4	2,6	12,5	5,8	28,1	0,7	3,4
Yellow Thai Curry - Prawns	537	2502	128	597	3,9	18,3	2,7	12,6	18,4	85,9	2,6	12,1	4,3	20,2	0,5	2,3	
Yellow Thai Curry - Soy Stripes	577	2749	138	656	4,3	20,6	2,7	12,8	18,6	88,5	2,6	12,5	5,2	24,7	0,7	3,4	
Yellow Thai Curry - Tofu	558	2715	133	648	4,9	23,7	2,8	13,5	17,7	86,1	2,6	12,5	4,2	20,5	0,7	3,4	
Yellow Thai Curry - vegan	551	2569	131	613	4,7	22,1	3,4	16,0	19,6	91,3	3,3	15,6	2,2	10,5	0,6	2,8	
Soups (without bread)	Carrot Coco	319	1052	76	252	5,9	19,5	5,1	16,8	4,1	13,6	1,7	5,7	1,0	3,3	0,6	1,8
	Potatoe Sheep`s Cheese	163	538	39	129	1,4	4,6	0,8	2,6	4,7	15,6	1,3	4,4	1,8	6,0	1,0	3,3
	Red Lens Coco	315	1039	75	248	4,3	14,2	3,0	9,9	6,4	21,2	0,0	0,1	2,7	8,9	1,1	3,5
	Cauliflower Coco	160	530	38	127	2,9	9,6	2,5	8,3	1,4	4,8	1,3	4,4	1,6	5,3	1,4	4,6
	Carrot Mango	300	990	72	238	4,5	14,9	3,7	12,2	6,7	22,2	6,0	19,9	1,1	3,7	0,7	2,3
Tomato Basil	255	843	61	202	1,8	5,9	0,3	1,0	9,6	31,7	6,7	22,2	1,1	3,7	2,3	7,6	
Children	Rice with Chicken	585	1083	139	257	2,3	4,3	1,4	2,7	19,7	36,4	1,1	1,9	9,6	17,7	0,8	1,5
	Rainbow Salad	192	125	46	30	1,1	0,7	0,2	0,1	7,0	4,5	5,9	3,8	1,8	1,1	0,0	0,0



