

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

117 Alpenlaib

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	949 / 224
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,3 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	44
davon Zucker (in g):	3,0
Eiweiß (in g):	7,0
Salz (in g):	1,4

125 Backhausbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	996 / 236
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,6 / 0,6
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,6
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	42
davon Zucker (in g):	0,9
Eiweiß (in g):	7,7
Salz (in g):	1,7

80 Baguette

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1075 / 253
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,9 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	50
davon Zucker (in g):	0,9
Eiweiß (in g):	9,3
Salz (in g):	1,7

97 Baguette Rustikal

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1063 / 251
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	50
davon Zucker (in g):	1,1
Eiweiß (in g):	9,4
Salz (in g):	1,7

98 Bärlauchring

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1107 / 262
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,2 / 0,7
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,7
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	45
davon Zucker (in g):	3,0
Eiweiß (in g):	8,8
Salz (in g):	1,5

123 Bauernschnitte

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	995 / 235
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,4

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

318 Bauernschnitte

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	995 / 235
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,4

53 Bauernsemmel

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1132 / 268
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,7 / 1,9
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,9
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	49
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	8,6
Salz (in g):	1,4

87 Berner Kornstange

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1112 / 264
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	7,2 / 1,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	36
davon Zucker (in g):	1,3
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	1,2

89 Berner Landkruste

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	971 / 229
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	44
davon Zucker (in g):	1,2
Eiweiß (in g):	10
Salz (in g):	1,4

138 Chiabrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	942 / 223
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,6 / 0,3
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,3
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	40
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,8
Salz (in g):	1,6

149 Dinkel Landbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	834 / 197
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	38
davon Zucker (in g):	1,5
Eiweiß (in g):	7,3
Salz (in g):	1,5

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

147 Dinkel Vollkornbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1130 / 269
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	8,5 / 1,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	36
davon Zucker (in g):	1,2
Eiweiß (in g):	9,7
Salz (in g):	1,4

65 Eierzopf

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1354 / 321
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	7,5 / 4,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	53
davon Zucker (in g):	9,4
Eiweiß (in g):	9,6
Salz (in g):	1,3

134 Eiweißabendbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	915 / 218
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	5,3 / 0,8
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	22
davon Zucker (in g):	0,7
Eiweiß (in g):	17
Salz (in g):	1,2

108 Familienbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	977 / 230
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,9 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	1,6
Eiweiß (in g):	8,0
Salz (in g):	1,3

88 Fladenbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1095 / 259
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,5 / 0,4
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,4
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	49
davon Zucker (in g):	1,5
Eiweiß (in g):	9,2
Salz (in g):	1,4

140 Friesenschnitte

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	831 / 197
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,9 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	37
davon Zucker (in g):	1,1
Eiweiß (in g):	6,5
Salz (in g):	1,5

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

328 Friesenschnitte kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	831 / 197
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,9 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	37
davon Zucker (in g):	1,1
Eiweiß (in g):	6,5
Salz (in g):	1,5

106 Frischling

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	986 / 233
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	1,9
Eiweiß (in g):	7,9
Salz (in g):	1,3

120 Gassenhauer

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	995 / 235
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,4

118 Gerster

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1057 / 250
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,2 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	49
davon Zucker (in g):	2,8
Eiweiß (in g):	8,0
Salz (in g):	1,5

119 Gutsherren

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	988 / 233
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	3,0
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,3

73 Haselnussplatz

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1504 / 358
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	13 / 3,4
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,4
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	49
davon Zucker (in g):	13
Eiweiß (in g):	9,2
Salz (in g):	0,79

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

331 Hausbrot kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	995 / 235
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,4

332 Hausbrot mit Nuss kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1378 / 328
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	10 / 1,1
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,9
Eiweiß (in g):	10
Salz (in g):	1,3

333 Hausbrot mit Rosine kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1184 / 279
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	58
davon Zucker (in g):	22
Eiweiß (in g):	6,8
Salz (in g):	1,1

329 helles Weizenmischbrot kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	977 / 230
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,9 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	1,6
Eiweiß (in g):	8,0
Salz (in g):	1,3

62 Kaiserstuten

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1488 / 354
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	12 / 4,5
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,5
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	51
davon Zucker (in g):	18
Eiweiß (in g):	8,9
Salz (in g):	0,76

135 Kampkorn

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1073 / 254
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,7 / 0,6
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,6
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	40
davon Zucker (in g):	2,9
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	1,5

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

287 Kampkornschnitte

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1073 / 254
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,7 / 0,6
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,6
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	40
davon Zucker (in g):	2,9
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	1,5

327 Kampkornschnitte kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1073 / 254
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,7 / 0,6
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,6
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	40
davon Zucker (in g):	2,9
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	1,5

74 Kampkringel Curry

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1148 / 272
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,9 / 0,6
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,6
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	48
davon Zucker (in g):	1,7
Eiweiß (in g):	9,2
Salz (in g):	1,8

93 Kampkringel Salt´n´Pepper

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1032 / 244
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,0 / 0,4
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,4
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	1,0
Eiweiß (in g):	8,8
Salz (in g):	1,7

5318 Karottenkruste

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1096 / 261
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	8,0 / 1,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	35
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	9,9
Salz (in g):	1,2

5617 Kartoffelkrüstchen

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1305 / 308
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,7 / 2,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	54
davon Zucker (in g):	1,0
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	2,0

86 Käsebaguette

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1305 / 308
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,7 / 2,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	54
davon Zucker (in g):	1,0
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	2,0

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

103 Kassler

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	986 / 233
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	1,9
Eiweiß (in g):	7,9
Salz (in g):	1,3

254 Kassler mit Schinken

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1097 / 259
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,1 / 1,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	45
davon Zucker (in g):	2,0
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	1,6

144 Kornsteak

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1098 / 261
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,8 / 0,6
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,6
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	39
davon Zucker (in g):	1,6
Eiweiß (in g):	13
Salz (in g):	1,4

121 Kosaken

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	986 / 233
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,3 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	3,1
Eiweiß (in g):	7,3
Salz (in g):	1,3

83 Kümmelbaguette

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1304 / 308
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,4 / 0,3
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,3
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	57
davon Zucker (in g):	1,6
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	2,7

150 Maiskruste

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1258 / 299
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	6,8 / 1,5
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,5
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	44
davon Zucker (in g):	1,9
Eiweiß (in g):	13
Salz (in g):	1,6

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

81 Mohnbaguette

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1369 / 324
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,9 / 0,7
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,7
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	55
davon Zucker (in g):	1,0
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	1,8

101 Münsterländer

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	997 / 236
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,6 / 1,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	44
davon Zucker (in g):	2,0
Eiweiß (in g):	7,6
Salz (in g):	1,3

326 Müslibrot kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1566 / 374
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	16 / 1,6
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,6
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	43
davon Zucker (in g):	18
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	1,1

110 Oberländer

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	992 / 234
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,5

90 Parisienne

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	914 / 216
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	43
davon Zucker (in g):	0,7
Eiweiß (in g):	7,9
Salz (in g):	5,8

107 Reines Roggen

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	844 / 199
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	40
davon Zucker (in g):	3,7
Eiweiß (in g):	5,6
Salz (in g):	1,6

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

50 Rillensemmel

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1109 / 262
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,7 / 1,3
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,3
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	49
davon Zucker (in g):	2,0
Eiweiß (in g):	8,9
Salz (in g):	1,5

312 Roggebrot mit Kümmel kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1118 / 264
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,9 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	50
davon Zucker (in g):	3,6
Eiweiß (in g):	8,8
Salz (in g):	1,4

315 Roggenbrot mit Kürbiskern kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1280 / 305
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	11 / 1,9
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,9
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	36
davon Zucker (in g):	2,7
Eiweiß (in g):	13
Salz (in g):	1,3

316 Roggenbrot mit Leinsamen kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1089 / 258
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,1 / 0,4
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,4
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	3,5
Eiweiß (in g):	8,5
Salz (in g):	1,4

313 Roggenbrot mit Sonnenblumenkernen kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1415 / 338
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	13 / 1,5
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,5
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	41
davon Zucker (in g):	3,2
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	1,2

314 Roggenbrot mit Walnuss kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1263 / 300
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	7,1 / 0,8
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	47
davon Zucker (in g):	3,3
Eiweiß (in g):	9,3
Salz (in g):	1,4

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

311 Roggenbrot mit Zwiebel kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1164 / 275
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,5 / 1,3
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,3
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	50
davon Zucker (in g):	3,6
Eiweiß (in g):	8,0
Salz (in g):	1,5

310 Roggenbrot Natur kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	975 / 230
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	45
davon Zucker (in g):	3,0
Eiweiß (in g):	7,3
Salz (in g):	1,3

241 Roggenstange

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	995 / 235
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,4

242 Roggenstange mit Schinken

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	995 / 235
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,4

243 Roggenstange mit Zwiebel

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1202 / 284
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,0 / 1,5
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,5
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	51
davon Zucker (in g):	3,3
Eiweiß (in g):	8,2
Salz (in g):	1,5

71 Rosinenplatz

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1308 / 309
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,4 / 2,4
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,4
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	59
davon Zucker (in g):	27
Eiweiß (in g):	7,0
Salz (in g):	0,71

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

54 Rosinensemmel

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1281 / 303
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,4 / 1,7
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,7
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	58
davon Zucker (in g):	17
Eiweiß (in g):	8,1
Salz (in g):	1,3

61 Rosinenstuten

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1300 / 308
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	5,5 / 3,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	55
davon Zucker (in g):	19
Eiweiß (in g):	7,8
Salz (in g):	0,83

113 Röstbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	992 / 234
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,6
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,5

112 Ruchmehlbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	833 / 196
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	39
davon Zucker (in g):	0,7
Eiweiß (in g):	7,9
Salz (in g):	1,7

84 Schinkenbaguette

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1257 / 297
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,4 / 0,8
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	55
davon Zucker (in g):	1,1
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	2,0

67 Schlemmerzopf

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1345 / 319
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	7,3 / 4,1
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	4,1
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	52
davon Zucker (in g):	8,6
Eiweiß (in g):	9,6
Salz (in g):	1,3

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

116 Schlesisches

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	949 / 224
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,3 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	44
davon Zucker (in g):	3,0
Eiweiß (in g):	7,0
Salz (in g):	1,4

173 Schwarzbrot Fein

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	879 / 208
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	39
davon Zucker (in g):	1,7
Eiweiß (in g):	6,7
Salz (in g):	1,5

176 Schwarzbrot Grob

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	844 / 200
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,9 / 0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	38
davon Zucker (in g):	1,8
Eiweiß (in g):	6,6
Salz (in g):	0,62

104 Schweizer

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	986 / 233
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	1,9
Eiweiß (in g):	7,9
Salz (in g):	1,3

82 Sesambaguette

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1412 / 335
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	6,3 / 1,1
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	55
davon Zucker (in g):	1,1
Eiweiß (in g):	12
Salz (in g):	1,8

100 Siegerländer

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	973 / 230
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,4 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	45
davon Zucker (in g):	2,8
Eiweiß (in g):	7,3
Salz (in g):	1,3

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

111 Soester

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1024 / 242
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,4 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	48
davon Zucker (in g):	3,4
Eiweiß (in g):	7,5
Salz (in g):	1,5

770 Uhrzeitkorn

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1126 / 267
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	6,4 / 0,8
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	40
davon Zucker (in g):	2,1
Eiweiß (in g):	9,7
Salz (in g):	1,6

771 Uhrzeitkruste

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	982 / 232
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	2,9
Eiweiß (in g):	7,7
Salz (in g):	1,3

126 Unser Uriges

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	865 / 205
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,6 / 0,3
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,3
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	37
davon Zucker (in g):	3,2
Eiweiß (in g):	8,1
Salz (in g):	1,5

139 Vitalbrot

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1006 / 239
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	5,5 / 0,8
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	36
davon Zucker (in g):	2,1
Eiweiß (in g):	8,9
Salz (in g):	1,5

136 Vollkerni

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	898 / 214
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	5,6 / 0,8
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,8
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	27
davon Zucker (in g):	2,1
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	1,5

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

322 Vollkornbrot Heidebrot kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	944 / 223
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	42
davon Zucker (in g):	1,4
Eiweiß (in g):	7,8
Salz (in g):	1,3

324 Vollkornbrot mit Aprikose kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	984 / 233
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	46
davon Zucker (in g):	7,3
Eiweiß (in g):	7,0
Salz (in g):	1,1

320 Vollkornbrot mit Haselnuss kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1271 / 303
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	12 / 1,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	36
davon Zucker (in g):	1,7
Eiweiß (in g):	9,5
Salz (in g):	1,2

325 Vollkornbrot mit Käse kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1040 / 247
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	5,7 / 3,5
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	3,5
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	36
davon Zucker (in g):	1,2
Eiweiß (in g):	10
Salz (in g):	1,4

323 Vollkornbrot mit Pflaume kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	966 / 228
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,0 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	45
davon Zucker (in g):	7,4
Eiweiß (in g):	7,0
Salz (in g):	1,1

321 Vollkornbrot mit Sonnenblumen kg

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1260 / 301
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	11 / 1,3
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,3
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	36
davon Zucker (in g):	1,6
Eiweiß (in g):	10
Salz (in g):	1,1

Nährwert-Information

Datum: 26.11.2019



Stadtbackerei
... aus Liebe am Backen

109 Warburger

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1051 / 248
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	1,1 / 0,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	0,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	49
davon Zucker (in g):	2,4
Eiweiß (in g):	8,3
Salz (in g):	1,4

266 Wochenendstuten

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1505 / 358
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	14 / 7,7
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	7,7
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	48
davon Zucker (in g):	5,5
Eiweiß (in g):	9,5
Salz (in g):	1,3

268 Wochenendstuten Haselnuss

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1864 / 445
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	22 / 7,7
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	7,7
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	51
davon Zucker (in g):	13
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	1,2

267 Wochenendstuten Mandel

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1837 / 439
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	22 / 8,0
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	8,0
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	47
davon Zucker (in g):	6,1
Eiweiß (in g):	13
Salz (in g):	1,3

265 Wochenendstuten Rosinen

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1598 / 380
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	11 / 6,3
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	6,3
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	59
davon Zucker (in g):	25
Eiweiß (in g):	8,4
Salz (in g):	1,1

85 Zwiebelbaguette

Nährwerte	pro 100g
Energie (in kJ / kcal)	1395 / 330
Fett / davon gesättigte Fettsäuren (in g):	5,1 / 2,2
davon gesättigte Fettsäuren (in g):	2,2
Kohlenhydrate / davon Zucker (in g):	58
davon Zucker (in g):	1,7
Eiweiß (in g):	11
Salz (in g):	2,0