

## Nährwertangaben

| Quark             | Banane | Blaubeere | Erdbeere | Frozen Quark | Himbeere | Karamell | Kirsche | Kokos | Mandarin-Orange | Milchreis | Neutral | Neutral, Laktosefrei | Neutral, Zuckerfrei | Nougat | Haselnuss | Straciatella | Schokolade | Vanille | Vanille-Zimt | Weisse Schokolade | Vergleich<br>Frozen Yoghurt |
|-------------------|--------|-----------|----------|--------------|----------|----------|---------|-------|-----------------|-----------|---------|----------------------|---------------------|--------|-----------|--------------|------------|---------|--------------|-------------------|-----------------------------|
| Menge in g        | 100    | 100       | 100      | 100          | 100      | 100      | 100     | 100   | 100             | 100       | 100     | 100                  | 100                 | 100    | 100       | 100          | 100        | 100     | 100          | 100               | 100                         |
| Brennwert (kj)    | 335    | 330       | 323      | 503          | 341      | 405      | 313     | 388   | 321             | 436       | 312     | 333                  | 249                 | 488    | 425       | 385          | 499        | 367     | 337          | 521               | 452                         |
| Brennnwert (kcal) | 80     | 78        | 77       | 120          | 81       | 96       | 74      | 92    | 75              | 104       | 74      | 79                   | 59                  | 116    | 101       | 91           | 119        | 87      | 80           | 124               | 108                         |
| Eiweiss (g)       | 9      | 9         | 9        | 6            | 9        | 9        | 9       | 10    | 9               | 4         | 10      | 11                   | 10                  | 9      | 10        | 10           | 9          | 9       | 10           | 9                 | 3,6                         |
| Kohlenhydrate (g) | 11     | 10        | 10       | 21           | 11       | 10       | 10      | 10    | 10              | 18        | 9       | 7                    | 5                   | 13     | 11        | 11           | 13         | 10      | 11           | 15                | 24                          |
| Fett (g)          | 0,1    | 0,1       | 0,1      | 1,4          | 0,1      | 0,7      | 0,1     | 1,6   | 0,1             | 2,0       | 0,1     | 0,7                  | 0,1                 | 3,0    | 2,4       | 1,3          | 3,6        | 1,1     | 0,1          | 3,4               | 0,0                         |

| Früchte           | Apfelmus | Ananas | Heidelbeeren | Erdbeeren | Granatapfel | Himbeeren | Kiwi | Kirschen | Kirschgrütze | Pfirsich | Pflaumen | Rote Grütze |
|-------------------|----------|--------|--------------|-----------|-------------|-----------|------|----------|--------------|----------|----------|-------------|
| Menge in g        |          | 100    | 100          | 100       | 100         | 100       | 100  | 100      | 100          | 100      | 100      | 100         |
| Brennwert (kj)    | 294      | 246    | 189          | 134       | 326         | 148       | 255  | 142      | 391          | 320      | 197      | 286         |
| Brennnwert (kcal) | 70       | 59     | 45           | 32        | 78          | 35        | 61   | 34       | 92           | 76       | 47       | 68          |
| Eiweiss (g)       | 0        | 0      | 1            | 1         | 1           | 1         | 1    | 0        | 1            | 1        | 1        | 1           |
| Kohlenhydrate (g) | 17       | 13     | 8            | 6         | 17          | 5         | 11   | 8        | 22           | 18       | 10       | 15          |
| Fett (g)          | 0,4      | 0,2    | 0,2          | 0,4       | 0,6         | 0,3       | 0,6  | 0,0      | 0,1          | 0,1      | 0,2      | 0,1         |