



Nährwertangaben LITTLE GREEN RABBIT*



Produkt

Größe

Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion

SALATE (ohne Dressing und ohne Beilage)

Beilagensalat	klein	52	26	12	6	0,3	0,2	0,1	0,1	1,2	0,6	1,0	0,5	1,2	0,6	0,1	0,0
Natur	klein	57	82	13	19	0,3	0,4	0,1	0,1	1,7	2,5	1,6	2,3	1,0	1,4	0,0	0,0
Natur	groß	57	126	13	29	0,2	0,5	0,1	0,2	1,7	3,8	1,6	3,6	1,0	2,1	0,0	0,1
Hähnchenfilet	klein	165	387	39	92	0,9	2,1	0,4	0,9	1,3	3,0	1,2	2,8	6,4	14,9	0,4	0,9
Hähnchenfilet	groß	169	603	40	143	0,9	3,2	0,4	1,4	1,3	4,6	1,2	4,3	6,6	23,5	0,4	1,4
Couscous	klein	363	980	86	232	2,3	6,1	1,2	3,1	12,9	34,7	2,9	7,9	2,8	7,7	0,4	1,0
Couscous	groß	421	1808	100	429	2,6	11,2	1,2	5,0	15,3	66,0	3,1	13,2	3,2	13,7	0,5	2,0
Mozzarella	klein	432	907	103	217	8,1	16,9	4,9	10,2	2,6	5,5	1,4	3,0	5,1	10,7	0,4	0,8
Mozzarella	groß	440	1360	105	325	8,0	24,9	5,3	16,3	2,6	8,1	1,4	4,5	5,6	17,3	0,4	1,3
Schafskäse	klein	419	797	101	192	7,6	14,4	3,8	7,3	3,1	6,0	1,8	3,5	4,4	8,4	1,4	2,6
Schafskäse	groß	460	1448	111	349	8,5	26,7	4,5	14,3	3,0	9,4	1,7	5,3	5,0	15,7	1,5	4,6
Ziegenkäse	klein	548	1154	131	276	9,4	19,8	4,3	9,1	7,2	15,2	6,1	13,0	5,1	10,7	0,4	0,8
Ziegenkäse	groß	570	1633	137	392	9,9	28,4	5,8	16,7	5,9	17,0	5,0	14,5	6,3	17,9	0,4	1,2
Quinoa	klein	382	946	91	226	3,6	9,0	1,2	2,9	8,2	20,3	1,4	3,6	5,8	14,4	0,6	1,5
Quinoa	groß	384	1415	92	337	3,3	12,1	1,1	4,1	9,6	35,4	1,5	5,5	5,1	18,6	0,7	2,5
Thunfisch	klein	338	1006	80	240	3,7	10,9	1,3	3,8	3,0	8,8	1,8	5,2	8,3	24,6	0,4	1,2
Thunfisch	groß	335	1496	80	356	3,4	15,3	1,1	4,8	2,5	11,0	1,6	7,3	9,2	41,2	0,4	2,0
Räucherlachs	klein	252	478	60	114	3,1	5,8	0,6	1,2	2,1	4,0	1,9	3,5	5,9	11,2	0,7	1,4
Räucherlachs	groß	301	903	72	216	3,8	11,5	0,8	2,4	2,2	6,5	1,9	5,6	7,1	21,3	0,9	2,7

Dressings

Balsamico-Tomatenöl	klein	1739	870	422	211	43,8	21,9	3,1	1,5	6,0	3,0	6,0	3,0	0,3	0,2	0,7	0,4
Balsamico-Tomatenöl	groß	1739	1391	422	338	43,8	35,1	3,1	2,5	6,0	4,8	6,0	4,8	0,3	0,3	0,7	0,6
Himbeer	klein	2001	1001	486	243	50,3	25,1	3,5	1,8	6,4	3,2	6,4	3,2	0,6	0,3	0,6	0,3
Himbeer	groß	2001	1601	486	389	50,3	40,2	3,5	2,8	6,4	5,1	6,4	5,1	0,6	0,5	0,6	0,5
Erdnuss-Soja-Chili	klein	1778	889	431	216	45,1	22,5	5,8	2,9	3,0	1,5	2,1	1,1	3,0	1,5	3,4	1,7
Erdnuss-Soja-Chili	groß	1778	1422	431	345	45,1	36,1	5,8	4,7	3,0	2,4	2,1	1,7	3,0	2,4	3,4	2,7
Joghurt-Minze	klein	1662	831	404	202	119,7	59,9	3,7	1,9	4,9	2,5	4,9	2,5	0,8	0,4	0,9	0,4
Joghurt-Minze	groß	1662	1329	404	323	119,7	95,8	3,7	3,0	4,9	4,0	4,9	4,0	0,8	0,7	0,9	0,7
Dijon-Senf	klein	1742	871	422	211	41,2	20,6	2,8	1,4	11,2	5,6	10,2	5,1	1,3	0,6	3,0	1,5
Dijon-Senf	groß	1742	1394	422	338	41,2	33,0	2,8	2,2	11,2	9,0	10,2	8,2	1,3	1,0	3,0	2,4

Beilage

Brot	1 Scheibe	951	476	227	114	0,9	0,4	0,1	0,1	47,0	23,5	2,2	1,1	7,5	3,8	1,4	0,7
Quinoa natur	1 Portion	615	369	146	87	2,4	1,4	2,4	1,4	24,9	14,9	0,6	0,4	4,9	2,9	0,3	0,2
Croûtons	1 Portion	1555	233	367	55	3,0	0,5	3,0	0,5	70,8	10,6	3,7	0,6	12,2	1,8	0,0	0,0



Nährwertangaben LITTLE GREEN RABBIT*



Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
----------------	--	------------------	--	----------	--	---------------------------------	--	-------------------	--	------------------	--	------------	--	----------	--

Produkt

Größe

pro 100 g/ml

pro Portion

pro 100 g/ml

pro Portion

pro 100 g/ml

pro Portion

pro 100 g/ml

pro Portion

pro 100 g/ml

pro Portion

pro 100 g/ml

pro Portion

pro 100 g/ml

pro Portion

pro 100 g/ml

pro Portion

MIX IT YOURSELF

Blattsalatsmix	klein	52	36	12	8	0,3	0,2	0,1	0,1	1,2	0,8	1,0	0,7	1,2	0,8	0,1	0,0
Blattsalatsmix	groß	52	52	12	12	0,3	0,3	0,1	1,2	1,2	1,2	1,0	1,0	1,2	1,2	0,1	0,1

Extras

Tomaten	73	37	17	9	0,2	0,1	0,0	0,0	2,6	1,3	2,5	1,3	1,0	0,5	0,0	0,0
Gurken	51	20	12	5	0,2	0,1	0,1	0,0	1,8	0,7	1,8	0,7	0,6	0,2	0,0	0,0
Champignons	87	13	21	3	0,2	0,0	0,0	0,0	0,6	0,1	0,6	0,1	4,1	0,6	0,0	0,0
Radieschen	58	12	14	3	0,1	0,0	0,0	0,0	2,0	0,4	2,0	0,4	1,0	0,2	0,0	0,0
Radieschen-Sprossen	93	3	22	1	0,3	0,0	0,1	0,0	1,6	0,0	0,5	0,0	2,4	0,1	0,0	0,0
Karotten	137	27	33	7	0,2	0,0	0,0	0,0	6,8	1,4	6,4	1,3	0,8	0,2	0,1	0,0
Paprika	81	16	19	4	0,2	0,0	0,0	0,0	2,9	0,6	2,7	0,5	1,1	0,2	0,0	0,0
Mais	382	76	91	18	2,7	0,5	2,7	0,5	10,7	2,1	4,0	0,8	3,0	0,6	0,0	0,0
Kapern	147	12	35	3	0,5	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,3	0,2	6,0	0,5
Peperoni	61	18	15	5	0,3	0,1	0,3	0,1	1,5	0,5	0,1	0,0	0,7	0,2	0,0	0,0
Jalapeños	130	20	31	5	0,5	0,1	0,1	0,0	6,0	0,9	3,0	0,5	0,5	0,1	3,0	0,5
Birnen	256	77	61	18	0,5	0,2	0,5	0,2	14,0	4,2	14,0	4,2	0,5	0,2	0,0	0,0
Rote Zwiebeln	116	17	28	4	0,3	0,0	0,1	0,0	4,9	0,7	4,9	0,7	1,2	0,2	0,0	0,0
Korinaner	96	6	23	1	0,5	0,0	0,0	0,0	3,7	0,2	0,9	0,1	2,1	0,1	0,0	0,0
Ei	638	287	153	69	5,0	0,4	1,5	0,1	0,3	0,3	0,5	0,2	13,0	5,9	0,3	0,1
ital. Hartkäse	1635	65	390	16	30,0	1,2	20,5	0,8	0,2	0,0	0,0	0,0	30,0	1,2	1,2	0,0
Meerrettich	519	78	124	19	4,7	0,7	4,7	0,7	13,0	2,0	8,0	1,2	4,4	0,7	0,0	0,0

Extras

Avocado	546	218	130	52	12,5	5,0	2,6	1,0	3,6	1,4	1,4	0,5	1,4	0,5	0,0	0,0
Kalamata Oliven	962	144	230	35	20,0	3,0	3,0	0,5	10,0	1,5	0,0	0,0	1,8	0,3	5,0	0,8
Edamame	523	157	125	38	2,5	0,8	0,4	0,1	13,3	4,0	1,8	0,5	12,4	3,7	1,0	0,3
getr. Tomaten	650	130	157	31	9,6	1,9	1,0	0,2	10,6	2,1	8,6	1,7	2,9	0,6	3,8	0,8
Pinienkerne	2988	299	724	72	70,0	7,0	70,0	7,0	8,9	0,9	3,2	0,3	14,0	1,4	0,0	0,0
Walnüsse	2738	411	654	98	65,2	9,8	6,1	0,9	13,7	2,1	2,6	0,4	15,2	2,3	0,0	0,0

Extras

Quinoa-Salat	555	500	132	119	3,8	3,4	1,5	1,4	18,1	16,3	1,7	1,6	4,6	4,1	1,2	1,1
Couscous-Salat	795	636	189	151	4,9	3,9	1,9	1,5	30,2	24,2	4,4	3,5	5,4	4,4	1,0	0,8
Schafskäse	1126	450	272	109	22,8	9,1	16,2	6,5	0,8	0,3	0,8	0,3	15,7	6,3	2,8	1,1
Ziegenrolle	1208	395	291	95	23,0	7,5	23,0	7,5	1,0	0,3	1,0	0,3	20,0	6,5	0,0	0,0
Premium Räucher-Tofu	711	356	170	85	90,0	45,0	1,5	0,8	2,8	1,4	0,5	0,3	19,0	9,5	1,7	0,9
Thunfisch	710	355	169	85	7,0	3,5	1,5	0,8	0,5	0,3	0,5	0,3	26,0	13,0	0,9	0,5
Hähnchenbrustfilet	429	215	102	51	1,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	11,5	1,6	0,8
Mozzarella	998	479	240	115	18,0	8,6	18,0	8,6	1,5	0,7	1,5	0,7	18,0	8,6	0,0	0,0



Nährwertangaben LITTLE GREEN RABBIT*



Produkt

Größe

Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion

Extras

Räucherlachs	888	355	213	85	13,1	5,2	2,2	0,9	0,9	0,4	0,9	0,4	22,8	9,1	3,3	1,3
--------------	-----	-----	-----	----	------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----

SUPPEN (ohne Reis & ohne Brot)

Chili Con Carne	klein 0,4	371	1484	89	356	2,8	11,2	1,0	4,0	8,7	34,8	4,2	16,8	5,3	21,2	1,2	4,8
Chili Con Carne	mittel 0,6	371	2226	89	534	2,8	16,8	1,0	6,0	8,7	52,2	4,2	25,2	5,3	31,8	1,2	7,2
Chili Con Carne	groß 0,8	371	2968	89	712	2,8	22,4	1,0	8,0	8,7	69,6	4,2	33,6	5,3	42,4	1,2	9,6
Mulligatawny	klein 0,4	386	1544	92	368	4,3	17,2	3,2	12,8	9,3	37,2	5,3	21,2	3,6	14,4	0,6	2,4
Mulligatawny	mittel 0,6	386	2316	92	552	4,3	25,8	3,2	19,2	9,3	55,8	5,3	31,8	3,6	21,6	0,6	3,7
Mulligatawny	groß 0,8	386	3088	92	736	4,3	34,4	3,2	25,6	9,3	74,4	5,3	42,4	3,6	28,8	0,6	4,9
Rote Linse Kokos	klein 0,4	327	1308	78	312	3,3	13,2	2,2	8,8	8,7	34,8	3,2	12,8	2,4	9,6	0,9	3,4
Rote Linse Kokos	mittel 0,6	327	1962	78	468	3,3	19,8	2,2	13,2	8,7	52,2	3,2	19,2	2,4	14,4	0,9	5,2
Rote Linse Kokos	groß 0,8	327	2616	78	624	3,3	26,4	2,2	19,8	8,7	69,6	3,2	25,6	2,4	19,2	0,9	6,9
Gelbes Thai Curry	klein 0,4	316	1264	76	304	4,6	18,4	3,2	12,8	6,6	26,4	3,4	13,6	1,3	5,2	1,0	4,0
Gelbes Thai Curry	mittel 0,6	316	1896	76	456	4,6	27,6	3,2	19,2	6,6	39,6	3,4	20,4	1,3	7,8	1,0	6,0
Gelbes Thai Curry	groß 0,8	316	2528	76	608	4,6	36,8	3,2	25,6	6,6	52,8	3,4	27,2	1,3	10,4	1,0	8,0
Reis Portion	1 Kugel	744	744	175	175	0,7	0,7	0,2	0,2	38,2	38,2	0,4	0,4	3,7	3,7	0,0	0,0

OFENKARTOFFEL/ KUMPIR

Classic	379	1839	91	440	47,3	229,4	2,2	10,6	11,2	54,2	3,1	14,9	3,8	18,6	0,4	2,0
Schafskäse	415	2305	100	553	43,0	238,6	3,1	17,1	9,9	54,9	2,8	15,7	4,5	25,1	0,6	3,1
Couscous	470	2938	112	702	38,5	240,5	2,8	17,3	13,4	84,0	3,3	20,8	4,5	28,4	0,5	3,3
Quinoa	475	2230	114	534	4,6	21,8	0,8	3,7	14,2	66,5	2,1	9,9	3,0	14,0	0,8	3,9
Räucherlachs	395	2234	95	535	41,6	234,9	2,1	11,7	9,9	55,8	2,9	16,3	4,9	28,0	0,6	3,3
Chili Con Carne	411	2200	99	527	3,4	18,1	2,2	12,0	12,0	64,0	2,8	15,2	3,8	20,5	0,6	3,3

FLAMMKUCHEN

Classic	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!
Ziegenkäse	1043	4046	250	969	14,8	57,4	9,4	36,7	21,9	85,1	4,2	16,4	6,7	26,1	1,2	4,6
Schafskäse	896	3179	214	759	8,6	30,4	4,5	16,2	25,3	89,9	2,7	9,7	7,4	26,1	1,9	6,6
Räucherlachs	907	3338	217	798	11,4	42,0	8,0	29,4	19,5	71,9	1,8	6,5	8,3	30,5	1,3	4,7
Vegan	685	2330	163	554	3,9	13,1	0,4	1,4	25,5	86,7	3,0	10,3	5,1	17,5	1,9	6,4
Süß	172	3565	41	852	2,2	45,4	1,5	31,9	4,5	92,3	1,2	24,8	0,7	15,3	0,1	2,1



Nährwertangaben LITTLE GREEN RABBIT*



Produkt

Größe

Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion

SÄFTE & SMOOTHIES

Pur

Orange	0,3l	147	441	35	105	0,3	0,9	0,0	0,0	7,7	23,1	7,7	23,1	0,3	0,9	0,1	0,3
Orange	0,5l	147	735	35	175	0,3	1,5	0,0	0,0	7,7	38,5	7,7	38,5	0,3	1,5	0,1	0,5
Karotte	0,3l	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!
Karotte	0,5l	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!	#BEZUG!
Apfel	0,3l	239	717	57	171	0,0	0,0	0,0	0,0	13,4	40,2	12,2	36,6	0,3	0,9	0,0	0,0
Apfel	0,5l	239	1195	57	285	0,0	0,0	0,0	0,0	13,4	67,0	12,2	61,0	0,3	1,5	0,0	0,0

Mixed

Vitamin Power	0,3l	147	440	35	105	0,2	0,5	0,0	0,0	7,7	23,0	6,7	20,2	0,5	1,4	0,1	0,2
Vitamin Power	0,5l	147	733	35	175	0,2	0,9	0,0	0,0	7,7	38,4	6,7	33,6	0,5	2,3	0,1	0,4
I Like	0,3l	126	392	30	94	0,3	0,9	0,0	0,0	6,3	19,7	5,7	17,7	0,5	1,5	0,1	0,3
I Like	0,5l	127	660	30	158	0,3	1,5	0,0	0,1	6,4	33,1	5,7	29,8	0,5	2,5	0,1	0,5
Wake Me Up	0,3l	238	720	57	172	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	39,9	12,0	36,4	0,4	1,1	0,0	0,0
Wake Me Up	0,5l	237	1199	57	286	0,0	0,2	0,0	0,1	13,1	66,4	12,0	60,6	0,4	1,9	0,0	0,0
Roger Rabbit	0,3l	211	739	50	176	0,1	0,4	0,0	0,1	11,3	39,5	9,7	34,0	0,6	2,0	0,0	0,1
Roger Rabbit	0,5l	218	1309	52	312	0,1	0,7	0,0	0,1	11,6	69,9	10,0	60,2	0,6	3,6	0,0	0,2

Green

Popeyes	0,3l	183	642	44	153	0,3	0,9	0,0	0,1	9,3	32,7	8,4	29,4	0,7	2,4	0,1	0,3
Popeyes	0,5l	186	1154	44	275	0,3	1,6	0,0	0,2	9,6	52,6	8,5	52,6	0,6	4,0	0,1	0,5
Red Rabbit	0,3l	110	362	26	87	0,2	0,6	0,0	0,0	5,0	16,4	4,3	14,2	1,0	3,2	0,1	0,4
Red Rabbit	0,5l	111	645	27	155	0,2	1,0	0,0	0,1	5,0	29,0	4,4	25,5	1,0	5,8	0,1	0,8
Detox Me	0,3l	140	489	33	117	0,1	0,5	0,0	0,2	7,0	24,4	6,4	22,5	0,6	2,0	0,2	0,7
Detox Me	0,5l	132	853	32	204	0,1	0,9	0,0	0,3	6,5	42,0	6,0	38,8	0,6	3,9	0,2	1,3

Superfood

King Kong	0,3l	219	826	52	196	1,3	4,8	0,1	0,3	8,4	31,9	6,7	25,4	0,9	3,6	0,0	0,0
King Kong	0,5l	222	1474	53	351	1,3	8,8	0,1	0,6	8,5	56,4	6,8	45,5	1,0	6,5	0,0	0,0
Green Rabbit	0,3l	216	690	51	164	0,6	1,8	0,0	0,2	7,4	23,6	6,2	19,7	3,7	11,9	0,2	0,5
Green Rabbit	0,5l	207	1250	49	297	0,6	3,4	0,0	0,3	7,6	46,0	6,4	38,6	3,0	18,3	0,1	0,8
Playboy	0,3l	197	693	47	165	0,9	3,3	0,1	0,3	8,0	28,2	6,6	23,0	1,1	3,8	0,1	0,2
Playboy	0,5l	204	1350	49	322	0,9	6,1	0,1	0,6	8,4	55,6	6,8	45,2	1,1	7,6	0,1	0,5

Stand: März 2022

*Bei den angegebenen Werten handelt es sich um errechnete und gerundete Durchschnittswerte. Angaben ohne Gewähr. Irrtümer und Druckfehler sind vorbehalten. Die Nährwertinformationen basieren auf Standardrezepturen und Standardportionsgrößen der Produkte. Unterschiede in Portionsgröße, Herstellung und Quellen von Zutaten können die Angaben zu den einzelnen Produkten genauso beeinflussen, wie regionale und saisonale Unterschiede. Produkt- oder Rezepturänderungen sind möglich und werden in regelmäßigen Abständen eingearbeitet. **Nicht alle Produkte sind in allen Stores erhältlich.**