



## Lammfleisch

Nährwertdeklaration								
Nährwerte/100g Brennwert (berechnet)								
Produkt	Lamm-Grillscheiben	Lamm- Rücken	Lamm-Rollbraten					
KJ	491	903	748					
Kcal	117	216	179					
Eiweiß	20,8	18,5	20,3					
Fett	3,7	15,9	10,2					
> davon gesättigte Fettsäuren	1	6	4					
Kohlenhydrate	<1	<1	<1					
> davon Zucker	<1	<1	<1					
Salz	0,1	0,1	0,1					

## Wurst und Speck

Nährwertdeklaration								
Nährwerte/100g Brennwert (berechnet)								
Produkt	Rind- Grillwurst	Rind- Wiener	Schwein-Bratwurst Thüringer Art	Schwein-Knacker	Schwein- Fetter Speck	Rind-Schlackwurst	Rind- Salami	Schwein- Wiener
KJ	1072	1044	1056	1296	2574	1290	1568	1136
Kcal	256	249	255	312	615	308	375	271
Eiweiß	18,2	18,6	12	24	9,1	21,8	19,5	13,1
Fett	20,5	19,5	23	24	65	24,7	32,6	24,5
> davon gesättigte Fettsäuren	9,1	8,7	6,3	11	28,3	9,8	12,8	9,2
Kohlenhydrate	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1
> davon Zucker	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1	<1
Salz	2	2	1,5	2	4,5	2,8	2,7	2,6