

SALATE	Zutaten	Menge	KJ	Kcal	KH	Eiweiß	Fett Allergene
Pure Basic	Salat-Mix, Gurken, Möhren, Paprika, Mais, Kirschtomaten	100g pro Portion	104 383	25 92	4 14	1 5	1 - 2
Vitalian Vita	Salat-Mix, Rucola, Kirschtomaten, Grana Padano, Mozzarella, Mais, Nuss-Mix, Basilikum	100g pro Portion	558 2093	134 503	4 16	9 32	9 Ei, Milch, Erdnuss, Schalenfrüchte 34 (Haselnuss, Cashews)
Sweet Shepherd	Salat-Mix, Rucola, Gurken, Möhren, geröstete Süßkartoffeln, Falafel Hirtenkäse (Kuhmilch), Kirschtomaten, geröstete Sonnenblumenkerne	100g pro Portion	412 1770	99 425	7 31	5 22	6 Gluten (Weizen), Milch 27
Plant Power	Salat-Mix, Gemüse-Mix, Avocado, rote Beete, Kichererbsen, Edamame, Brokkoli, Tamari-Mandeln	100g pro Portion	330 1401	79 335	5 19	4 16	5 Soja, Schalenfrucht (Mandeln) 21
Prince Penne	Penne-Pasta, Paprika, Hähnchenbrustfilet, Mozzarella, Nuss-Mix, Rucola, Kirschtomaten, Kräuter der Provence	100g pro Portion	1042 3491	250 837	29 97	12 54	12 Gluten (Weizen), Erdnuss, Milch, Schalenfrüchte 40 (Haselnuss, Cashews)
Chicken Champ	Salat-Mix, Gurken, Möhren, Paprika, Hähnchenbrustfilet, Gouda, Ei, Kirschtomaten, Nuss-Mix	100g pro Portion	447 1976	108 475	3 11	12 40	9 Ei, Milch, Erdnuss, Schalenfrüchte 31 (Haselnuss, Cashews)
Original Caesar	Salat-Mix, Römersalat, Hähnchenbrustfilet, Grana Padano, Kirschtomaten, Ei, Croutons	100g pro Portion	445 1657	106 395	4 16	11 40	5 Gluten (Weizen), Ei, Milch 19
Pulled Chicken	Salat-Mix, Römersalat, Pulled Chicken, Rotkohl, Gouda Paprika, Jalapeños, Röstzwiebeln	100g pro Portion	379 1534	91 368	4 17	7 30	5 Milch, Gluten (Weizen), Soja 20
Tuna Terran	Salat-Mix, Gurken, Möhren, Paprika, Thunfisch, Hirtenkäse (Kuhmilch), Mais, Kalamata-Oliven, Kirschtomaten	100g pro Portion	302 1343	72 322	3 11	7 29	4 Fisch, Milch 18
DRESSINGS	Zutaten	Menge	KJ	Kcal	KH	Eiweiß	Fett Allergene
Joghurt-Dressing	Vollmilchjoghurt, Wasser, Rapsöl, Zitronensaft, Zucker, Ei, Branntweinessig, mod. Maisstärke, jodiertes Speisesalz, Verdickungsmittel Xathan (biologisch gewonnen), Senf, Pfeffer	pro Portion	739	177	9	1	11 Ei, Milch, Senf
Balsamico-Vinaigrette	Rapsöl, Balsamico Modena, Wasser, Senf, Zucker, jodiertes Speisesalz, Pfeffer	pro Portion	1763	422	7	1	47 Senf, Sulfite
Spicy Peanut-Dressing	Rapsöl, Erdnüsse, Wasser, Balsamico Bianco, Gemüsesalz, Sojasauce, Zwiebeln, Senf, Chilipulver, Pfeffer	pro Portion	1537	372	5	5	36 Senf, Erdnuss, Sulfite, Soja, Gluten (Weizen)
Kräuter-Walnuss-Vinaigrette	Wasser, Walnussöl, Rapsöl, Kräutermischung, jodiertes Speisesalz, Pfeffer	pro Portion	1065	255	5	1	27 Schalenfrucht (Walnuss)
Ahorn-Balsamico-Vinaigrette	Rapsöl, Balsamico Modena, Ahornsirup, Agavendicksaft, Wasser, Kräutermischung, Senf, Zucker, Guarkernmehl	pro Portion	1341	321	25	0	23 Senf, Sulfite
Curry-Mango-Dressing	Vollmilchjoghurt, Wasser, Rapsöl, Mangosaft, Zitronensaft, Zucker, Ei, Curry, Branntweinessig, mod. Maisstärke, jodiertes Speisesalz, Verdickungsmittel Xathan (biologisch gewonnen), Senf, Pfeffer	pro Portion	769	184	9	1	12 Ei, Milch, Sellerie, Senf
Tomaten-Vinaigrette	Wasser, Rapsöl, passierte Tomaten, Kräutermischung, jodiertes Speisesalz, Pfeffer	pro Portion	1049	251	5	1	25 -
Caesar-Dressing	Wasser, Rapsöl, Branntweinessig, geriebener Hartkäse, Anchovipaste, Knoblauch, Zucker, Senf, Worcester Sauce, mod. Maisstärke, jodiertes Speisesalz, Eigelb, Verdickungsmittel Xathan (biologisch gewonnen), 8-Kräutermischung, Pfeffer	pro Portion	1241	297	6	1	37 Ei, Fisch, Milch, Senf
Orangen-Senf-Vinaigrette	Orangensaft, Rapsöl, Wasser, Senf, Kräutermischung, Zucker, jodiertes Speisesalz, Pfeffer	pro Portion	1015	243	5	1	23 Gluten (Gerste), Milch, Senf
Honig-Dijon-Dressing	Rapsöl, Gemüsebrühe (Meersalz, Zwiebeln, Pastinaken, Lauch, Karotten, Rohrohrzucker, Kräuter, Gewürze, Pastinaken, Sonnenblumenöl) Dijon-Senf, Balsamico Bianco, Blütenhonig, Guarkernmehl	pro Portion	903	216	10	1	19 Senf, Sulfite
Paprika-Chili-Dressing	Wasser, Rapsöl, Chili, Kräutermischung, Sambal Olek, Speisesalz	pro Portion	1132	271	3	0	23 -

SLTKND Nährwerte & Allergene

Stand Februar 2022

FELDHOLDEN	Zutaten	Menge	KJ	Kcal	KH	Eiweiß	Fett Allergene
Pure Basic	Ofenkartoffel, Kräuter-Cremequark, Gurken, Möhren, Paprika, Mais, Kirschtomaten	pro Portion	2147	513	76	23	11 Milch
Vitalian Vita	Ofenkartoffel, Kräuter-Cremequark, Rucola, Kirschtomaten, Grana Padano, Mozzarella, Mais, Nuss-Mix, Basilikum	pro Portion	3525	842	78	46	37 Ei, Milch, Erdnuss, Schalenfrüchte (Haselnuss, Cashews)
Sweet Shepherd	Salat-Mix, Rucola, Gurken, Möhren, geröstete Süßkartoffeln, Falafel, Hirtenkäse (Kuhmilch), Kirschtomaten, geröstete Sonnenblumenkerne	pro Portion	3266	780	93	38	33 Gluten (Weizen), Milch
Plant Power	Ofenkartoffel, Gurken, Möhren, Avocado, rote Beete, Kichererbsen, Edamame, Brokkoli, Tamari-Mandeln	pro Portion	2713	648	77	19	25 Soja, Schalenfrucht (Mandeln)
Prince Penne	Ofenkartoffel, Kräuter-Cremequark, Penne-Pasta, Paprika, Hähnchenbrustfilet, Nuss-Mix, Rucola, Kirschtomaten, Kräuter der Provence	pro Portion	4643	1109	136	65	44 Gluten (Weizen), Milch, Erdnuss, Schalenfrüchte (Haselnuss, Cashews)
Chicken Champ	Ofenkartoffel, Kräuter-Cremequark, Gurken, Möhren, Hähnchenbrustfilet, Gouda, Ei, Kirschtomaten, Nuss-Mix, Paprika	pro Portion	3433	820	73	54	36 Ei, Milch, Erdnuss, Schalenfrüchte (Haselnuss, Cashews)
Original Caesar	Ofenkartoffel, Kräuter-Cremequark, Römersalat, Hähnchenbrustfilet, Grana Padano, Kirschtomaten, Ei, Croutons	pro Portion	3165	756	78	55	22 Ei, Milch, Gluten (Weizen)
Pulled Chicken	Ofenkartoffel, Kräuter-Cremequark, Römersalat, Pulled Chicken, Rotkohl, Gouda, Paprika, Jalapeños, Röstzwiebeln	pro Portion	3073	734	77	45	23 Milch, Gluten (Weizen), Soja
Tuna Terran	Ofenkartoffel, Kräuter-Cremequark, Gemüse-Mix, Thunfisch, Hirtenkäse (Kuhmilch), Mais, Kalamata-Oliven, Kirschtomaten	pro Portion	2541	607	73	44	21 Fisch, Milch
BREAK BOWLS	Zutaten	Menge	KJ	Kcal	KH	Eiweiß	Fett Allergene
Hearty Bowl	immer wieder wechselnd; aktuelle Informationen auf der Homepage	pro Portion					bitte der Homepage / dem Online-Shop entnehmen
Veggie Bowl	immer wieder wechselnd; aktuelle Informationen auf der Homepage	pro Portion					bitte der Homepage / dem Online-Shop entnehmen
DESSERTS	Zutaten	Menge	KJ	Kcal	KH	Eiweiß	Fett Allergene
Beeren-Quark	Mager-Speisequark, Joghurt 3,5 %, Erdbeeren	pro Portion	1775	424	12	30	9 Milch
Früchte-Mix	Apfel, Ananas, Orange, Erdbeeren, Cantaloupe-Melone, Weintrauben	pro Portion	678	162	32	1	<1 -
BROTE	Zutaten	Menge	KJ	Kcal	KH	Eiweiß	Fett Allergene
Ciabatta (SLTKND Köln)	Weizenmehl, Wasser, Speisesalz, Hefe, Olivenöl, Gerstenmalzextrakt, Weizenmalzmehl, Weizenkeime, Acerolasaftkonzentrat, Gerstenmalzmehl	pro Portion	888	216	42	7	1 Gluten (Gersten, Weizen)
Vollkornschanzer (SLTKND IN)	Roggenvollkornmehl, Weizenvollkornschrot, Wasser, Leinsamen, Hefe, Roggenschrot, gerockneter Roggensauerteig, Maisgries, Gerstenmalzextrakt, Malzmehl, Roggenmehl geröstet, Speisesalz, Rapsöl	pro Portion	851	207	37	7	2 Gluten (Roggen, Gersten, Weizen)
Steinofenbrötchen (SLTKND Köln)	Roggenvollkornmehl, Weizenvollkornschrot, Wasser, Leinsamen, Hefe, Roggenschrot	pro Portion	696	165	33	6	1 Gluten (Roggen, Gersten, Weizen)