

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO 100 G (STANDARD PRODUKTE)

1. CHICKEN MANGO

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| Brennwert(kJ/kcal) | 214,2 kcal / 902,9 kJ |
| Fett | 4,8g |
| davon ges. Fettsäuren | 1,5g |
| Kohlenhydrate | 30,2g |
| davon Zucker | 10,9g |
| Eiweiß | 11,1g |
| Salz | 0,3g |

2. CHICKEN MAKHAN

| | |
|-----------------------|------------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 240,3 kcal / 1013,3 kJ |
| Fett | 5,6g |
| davon ges. Fettsäuren | 2,1g |
| Kohlenhydrate | 33,7g |
| davon Zucker | 1,3g |
| Eiweiß | 12,7g |
| Salz | 0,1g |

3. CHICKEN CURRY

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 173,0 kcal / 727,8 kJ |
| Fett | 4,5g |
| davon ges. Fettsäuren | 1,2g |
| Kohlenhydrate | 20,2g |
| davon Zucker | 2,1g |
| Eiweiß | 11,1g |
| Salz | 0,4g |

4. CHICKEN MADRAS

| | |
|-----------------------|------------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 289,4 kcal / 1216,6 kJ |
| Fett | 9,9g |
| davon ges. Fettsäuren | 6,7g |
| Kohlenhydrate | 35,6g |
| davon Zucker | 1,9g |
| Eiweiß | 13,6g |
| Salz | 0,3g |

5. BEEF CURRY

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 169,2 kcal / 711,6 kJ |
| Fett | 5,4g |
| davon ges. Fettsäuren | 1,5g |
| Kohlenhydrate | 19,3g |
| davon Zucker | 2,3g |
| Eiweiß | 10,0g |
| Salz | 0,6g |

6. CHANA CURRY

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 189,0 kcal / 795,8 kJ |
| Fett | 4,1g |
| davon ges. Fettsäuren | 0,4g |
| Kohlenhydrate | 29,1g |
| davon Zucker | 2,1g |
| Eiweiß | 6,7g |
| Salz | 0,5g |

7. VEGGI CURRY

| | |
|-----------------------|------------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 246,7 kcal / 1042,2 kJ |
| Fett | 4,2g |
| davon ges. Fettsäuren | 1,3g |
| Kohlenhydrate | 42,2g |
| davon Zucker | 2,2g |
| Eiweiß | 9,0g |
| Salz | 0,4g |

8. PAKIAK PANEER

| | |
|-----------------------|------------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 280,1 kcal / 1169,9 kJ |
| Fett | 15,9g |
| davon ges. Fettsäuren | 7,2g |
| Kohlenhydrate | 19,1g |
| davon Zucker | 1,6g |
| Eiweiß | 14,6g |
| Salz | 1,3g |

9. PATHAN DAAI

| | |
|-----------------------|------------------------|
| Brennwert (kJ/kcal) | 245,3 kcal / 1031,1 kJ |
| Fett | 7,8g |
| davon ges. Fettsäuren | 0,7g |
| Kohlenhydrate | 33,1g |
| davon Zucker | 2,1g |
| Eiweiß | 9,0g |
| Salz | 0,3g |

SAMOSA

| | |
|----------------------|--------------------|
| Brennwert | 1300 kJ / 311 kcal |
| Fett | 14,1 g |
| davon ges.Fettsäuren | 1,9 g |
| Kohlenhydrate | 38 g |
| davon Zucker | <0,5 g |
| Eiweiß | 5,6 g |
| Salz | 1,5 g |

PAKORA

| | |
|----------------------|-------------------|
| Brennwert | 891 kJ / 213 kcal |
| Fett | 8,7 g |
| davon ges.Fettsäuren | 1,0 g |
| Kohlenhydrate | 27 g |
| davon Zucker | 1,8 g |
| Eiweiß | 4,1 g |
| Salz | 1,1 g |

TANDOORI NAAN

| | |
|----------------------|--------------------|
| Brennwert | 282 kcal / 1195 kJ |
| Fett | 3,9g |
| davon ges.Fettsäuren | 0,4g |
| Kohlenhydrate | 53g |
| davon Zucker | 2,1g |
| Eiweiß | 8,5g |
| Salz | 0,58g |

TANDOORI GARLIC NAAN

| | |
|----------------------|--------------------|
| Brennwert | 1200 kJ / 283 kcal |
| Fett | 3,1 g |
| davon ges.Fettsäuren | 0,4 g |
| Kohlenhydrate | 55 g |
| davon Zucker | 1,9 g |
| Eiweiß | 8,6 g |
| Salz | 0,36 g |