

Spickzettel für den Weihnachtsmarkt

	Menge	BE	KE/KHE
Berliner/Krapfen	60 g	2-3	2,4-3,5
Crêpes natur	1 Stück	2	2,4
Crêpes Nutella	1 Stück	3	3,5
Dominostein	1 Stück	0,5	0,6
Früchtebrot	1 Stück, 50 g	2,5	3
Gebrannte Mandeln	kleine Tüte, 100 g	6	7,2
Lebkuchen	Ein Stück, 40 g	2	2,4
Maronen	kleine Tüte, 100 g	3	3,5
Pfeffernuss	1 Stück	0,5	0,6
Popcorn	25g	0,8	1
Printen	20 g	1	1,2
Reibekuchen	150 g (2 Kleine)	3	3,5
Schmalzgebäck	kleine Tüte	5	6
Schokokuss	1 Stück, 20 g	0,8	1
Spekulatius	5 Stück	2,4	2,9
Stollen	100 g	4,1	4,9
Waffeln	100 g	3	3,5
Zuckerwatte	Eine	0,5-1,0	0,6-1,2
Brötchen (zu Bratwurst, Currywurst, ...)	45 g	2	2,4
Laugenbrezel	100 g	4	4,8
Pizza vom Blech	1 Stück	3-4	3,6-4,8
Tomatenketchup (zu Bratwurst, Pommes, Currywurst, ...)	15 ml/ 1EL	0,3	0,4
Pommes	150 g/1 Portion	4,5	5,5