Kategorie Category Catégorie Categoría	DE **Produkt**	EN **Product**	FR **Produit**	ES **Producto**	Inhalt Content Contenu Contenido	Fertige Menge Finished meal Quantité plat préparé Cantidad después de preparado	Kalorien* Calories* Calories* Calorias*	Eiweiss* Protein* Protéines* Proteínas*	Fett* Fat* Lipides* Grasas*	Kohlenhydrate* Carbohydrates* Glucides* Hidratos de carbono*	Gluten Gluten Gluten Gluten	Laktose Lactose Lactose Lactosa
Hauptgerichte mit Fleisch Meat Dishes Plats à base de viande Comidas principales con carne	Rindfleisch Stroganoff mit Reis	Beef Stroganoff with Rice	Bœuf strogonoff au riz	Plato de carne de vaca con arroz Stroganoff	160 g	540 g	384	15.0	8.8	61.0	–	+
	Jägertopf mit Rindfleisch und Nudeln	Beef Casserole with Noodles	Bœuf chasseur aux pâtes	Puchero cazador con carne de vaca y fideos	160 g	640 g	399	16.8	11.8	56.0	+	+
	Ungarntopf mit Rind und Nudeln	Spicy Beef Casserole with Noodles	Bœuf à la hongroise et pâtes	Puchero húngaro con carne de vaca y fideos	160 g	680 g	397	15.0	14.0	52.0	+	+
	Huhn in Curryreis	Chicken in Curried Rice	Curry de poulet au riz	Pollo con arroz al curry	200 g	720 g	392	15.0	11.0	58.0	–	+
	Chili con Carne	Chili con Carne	Chili con carne	Chili con Carne	180 g	630 g	357	25.0	12.0	36.0	+	+
	CousCous mit Hühnchen	Couscos with Chicken	Couscous au poulet et aux légumes	Cuscús con pollo	200 g	600 g	319	20.0	2.4	55.0	+	+
	Elchfleisch-Gourmet-Topf	Venison Stew	Civet de viande d'élan aux pâtes	Puchero «Gourmet» de carne de anta	170 g	720 g	373	17.3	9.3	53.5	+	+
	Reispfanne „Balkan Art"	„Balkan" Risotto	Risotto des Balkans au bœuf	Plato de arroz «Los Balcanes»	190 g	650 g	398	16.0	14.0	51.0	+	+
	Sahnenudeln mit Hühnchen und Spinat	Creamy Pasta with Chicken and Spinach	Poulet à la crème, pâtes et épinards	Fideos en nata con pollo y espinaca	150 g	640 g	427	14.0	18.0	51.0	+	+
	Bortsch-Eintopf	Borscht Soup	Potage aux betteraves „Bortsch"	Sopa de remolacha „Borscht"	170 g	720 g	360	16.0	8.8	53.0	–	+
Hauptgerichte mit Fisch Fish Dishes Plats de poisson Platos de pescado	Lachspesto mit Pasta	Salmon Pesto with Pasta	Pâtes au pesto de saumon	Pasta con salsa de pesto y salmon	160 g	680 g	403	16.8	11.9	56.6	+	+
NEW	Mediterraner Fischtopf mit Reis	Mediterranean Fish Stew with Rice	Ragoût de poisson méditerranéen au riz	Cocido de pescado mediterráneo con arroz	160 g	640 g	375	16.0	5.4	58.0	–	–
NEW	Rotes Fischcurry	Red Fish Curry	Curry de poisson	Cazuela de pescado asiática con arroz	160 g	560 g	386	17.0	8.5	59.0	–	+
Hauptgerichte vegetarisch Vegetarian Dishes Plats végétariens Comidas principales sin carne	Waldpilz-Sojaragout mit Nudeln	Wild Mushroom & Soya Ragout with Pasta	Sauté de champignons et soja aux pâtes	Ragú de setas - soja con fideos	160 g	680 g	387	20.8	11.3	49.5	+	+
	Paprika-Sojaragout mit Nudeln	Sweet Peppers & Soya Ragout with Pasta	Pâtes aux poivrons et au soja	Ragú al pimiento y soja con fideos	190 g	810 g	325	19.3	2.3	55.5	+	+
	Nudeln in Sojabolognese	Pasta with Soya Bolognese	Pâtes bolognaises au soja	Pastas con salsa de soja Boloña	180 g	770 g	339	18.8	2.6	57.5	+	–
	Gartengemüse-Sojarisotto	Garden Vegetables & Risotto	Risotto au soja et légumes du jardin	Risotto con hortalizas y soja	160 g	540 g	389	14.0	12.0	54.0	+	+
	Kartoffeltopf mit Röstzwiebeln	Potato Stew with Fried Onions	Poêlée de pommes de terre aux oignons	Puchero de patatas con cebollas asadas	150 g	640 g	426	20.0	21.0	38.0	+	+
	Pasta Primavera	Pasta Primavera	Pâtes primavera aux légumes variés	Pasta en salsa de legumbres	150 g	640 g	402	12.5	12.8	58.7	+	+
	Chana Masala	Chana Masala	Chana Masala (Curry de pois chiches au riz)	Arroz con garbanzos al estilo de la India	180 g	540 g	334	9.3	2.3	68.0	–	–
	Chili-Püree mit Gemüse & Hanfcrispies	Vegetable Purée with Chili and Hemp Seeds	Purée épicée aux légumes et graines de chanvre	Puré de legumbres con chili y semillas de cáñamo	160 g	680 g	390	12.0	18.0	42.0	–	+
	Käsefondue „Schweizer Art"	Cheese Fondue „Swiss style"	Fondue suisse au fromage	Fondue de queso „a la suiza"	100 g	290g	506	30.0	38.0	10.0	–	+
Dessert Dessert Dessert Postre	Mousse au Chocolat	Chocolate Mousse	Mousse au Chocolat	Mousse de Chocolate	100 g	200 g	448	13.0	20.0	56.0	–	+
	Milchreis Vanille	Vanilla Rice Pudding	Gâteau de riz à la vanille	Arroz con leche a la vainilla	100 g	300 g	468	7.8	18.0	67.0	–	+
	Fruchtsuppe Blaubeeren	Blueberry Fruit Soup	Coulis de myrtilles	Sopa de bayas del arándano	100 g	650 g	386	0.3	0.3	93.0	–	+
	Karamel Amaretto Creme	Caramel-Amaretto Cream with Amarettini	Crème caramel et amaretto	Crema de caramelo al Amaretto con Amarettinis	100 g	300 g	469	454	16.0	64.0	+	+
Frühstück Breakfast Petit déjeuner Desayuno	Rührei mit Zwiebeln	Scrambled Eggs with Onions	Oeufs brouillés aux oignons	Huevos revueltos con cebollas	125 g	310 g	595	27.0	48.0	13.0	–	+
	Vollkorn-Früchtemüsli	Whole grain fruit muelsi	Muesli aux fruits et au blé complet	Muesli integral frutas	150 g	360 g	379	12.0	9.8	59.0	+	+
	Müsli „Schweizer Art" mit Milchpulver	Swiss Muesli with Milk	Muesli suisse au lait	Muesli „a la suiza" con leche en polvo	150 g	300 g	370	10.0	8.0	64.0	+	+
	Vollmilchpulver - Instant	Whole Milk Powder - Instant	Lait entier en poudre – instantané	Leche entera en polvo-soluble instantáneamente	250 g	2 l	494	27.3	26.0	37.7	–	+
	Volleipulver	Whole Egg Powder	Oeuf entier en poudre	Huevo entero en polvo	135 g	10	566	46.0	42.0	2.4	–	–
Zwischenmahlzeiten Snacks Casse-croûte Merienda	Trekking-Kekse	Trekking Biscuits	Paquet de Biscuits	Galletas Trekking	125 g	12 pieces	452	8.3	14.2	73.1	+	+
High Tech Food	Peronin Kakao	Peronin Cocoa	Peronin cacao	Peronin Cacao	100 g*	350 ml	434	19.0	16.0	56.0	–	+
	Peronin Orange	Peronin Orange	Peronin orange	Peronin Naranja	100 g*	350 ml	450	18.0	15.0	60.0	–	+
	Peronin Vanille	Peronin Vanilla	Peronin vanille	Peronin Vainilla	100 g*	350 ml	442	18.0	15.0	61.0	–	+
Nützliches Accessories Accessoires Accesorios	Cafeteria	Cafeteria – Coffee, Sugar, Milk	Kit petitdéjeuner (café, lait en poudre, sucre)	Cafetería								
	Gewürzstreuer	Seasonings Dispenser – 6 sections	Kit assaisonnement/condiments - 6 comp.	Condimentero de especies								
	Gewürzstreuer – Schlüsselanhänger	Seasonings Dispenser – Key Chain	Kit assaisonnement/condiments - porte-clefs	Condimentero de especies – en forma de llavero								
	Kräuterstreuer	Herbs Dispenser	Kit herbes aromatiques	Condimentero de hierbas								

* Die Nährwertangaben beziehen sich jeweils auf 100 g/All nutritional information refers to 100 g/
Valeurs nutritives pour 100 g/Los valores nutritivos se indican con referencia a los 100 g