

Fastfood - Nährwertanalyse

August 2013

Ergebnisse für Kebab, gebratene Nudeln, Salami- und Gemüsepizza

| | Kcal je 100 g (je Portion) | Gramm Fett je 100 g (je Portion) | Gesättigte Fettsäuren je 100 g (je Portion) | Gramm Salz je 100 g (je Portion) | Ballaststoffe je 100 g (je Portion) |
|---|----------------------------------|--|--|--|---|
| Kebab | | | | | |
| 3 Etagen | 193 | 5,8 | 2 | 2 | 2,1 |
| Schmidtorstraße 2, 4020 Linz | (516) | (15,5) | (5,4) | (5,4) | (5,6) |
| Zwik Kebab | 180 | 8,3 | 2,6 | 1,7 | 2 |
| Wegschaidnerstraße, 4030 Linz | (590) | (27,2) | (8,5) | (5,6) | (6,6) |
| Oliva Döner Grill | 232 | 11,9 | 3,3 | 1,4 | 1,2 |
| Lentia City, 4040 Linz | (860) | (44,1) | (12,2) | (5,1) | (4,5) |
| Abi's Imbiss | 214 | 7,9 | 2,5 | 1,85 | 3,3 |
| Hauptplatz 4, 4020 Linz | (611) | (22,6) | (7,1) | (5,3) | (9,4) |
| FUZO | 214 | 7,6 | 1,8 | 1,78 | 1,9 |
| Rudolfstraße 1, 4040 Linz | (755) | (26,8) | (6,3) | (6,3) | (6,7) |
| City Kebab und Pizzeria | 204 | 7,7 | 2,5 | 1,3 | 3,4 |
| Wienerstraße 52a, 4030 Linz | (685) | (25,9) | (8,4) | (4,4) | (11,4) |
| Pizza Baron Kebab | 219 | 9,8 | 3,1 | 1,8 | 1,5 |
| Wienerstraße 6, 4020 Linz | (844) | (37,8) | (11,9) | (6,95) | (5,8) |
| Francesco | 212 | 7,8 | 3,1 | 1,85 | 3,3 |
| Betlehemstraße 1, 4020 Linz | (613) | (22,5) | (9) | (5,4) | (9,5) |
| Gebratene Nudeln mit Gemüse | | | | | |
| Francesco | 109 | 2,8 | 0,7 | 1,1 | 2,1 |
| Betlehemstraße 1, 4020 Linz | (367) | (9,4) | (2,36) | (3,6) | (7,1) |
| Wokman | 171 | 4,7 | 0,4 | 0,76 | 1,9 |
| Schillerpark Kiosk, 4020 Linz | (566) | (15,6) | (1,32) | (2,5) | (6,3) |
| Kung Fu Didi Chen's | 168 | 4,9 | 0,4 | 1,7 | 2 |
| Landstraße 77, 4020 Linz | (728) | (21,2) | (1,7) | (7,4) | (8,7) |
| Asia Queen | 92 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 1,9 |
| Landstraße 66, 4020 Linz | (287) | (2,4) | (0,3) | (5,1) | (5,9) |
| Kontaki (Passage) | 132 | 4 | 0,3 | 1,6 | 1,2 |
| Landstraße 15-22, 4020 Linz | (349) | (10,6) | (0,79) | (4,17) | (3,2) |
| XU Wok and More | 129 | 3,6 | 0,3 | 0,97 | 2 |
| Mozartstraße 7, 4020 Linz | (738) | (20,6) | (1,7) | (5,5) | (11,4) |
| Asia Hill | 98 | 3,5 | 0,3 | 1,8 | 1,7 |
| Freistädterstraße 31, 4040 Linz | (439) | (15,7) | (1,34) | (8,1) | (7,6) |
| Baburu | 142 | 5 | 0,4 | 1,98 | 2,8 |
| Hauptstraße 35, 4040 Linz | (616) | (21,7) | (1,74) | (8,6) | (12,2) |
| Chinoiss | 126 | 4,9 | 0,4 | 1,1 | 2,6 |
| Rainerstraße 30, 4020 Linz | (563) | (21,9) | (1,79) | (4,88) | (11,6) |
| Hamburger Royal TS ¹⁾ | | | | | |
| Mc Donald's | 215 | 11 | 5 | 0,7 | 1 |
| | (505) | (27) | (11) | (1,7) | (3) |

¹⁾ Quelle: http://www.mcdonalds.de/produkte/produkt-profil?productName=hamburger_royal_ts

Ergebnisse für Kebab, gebratene Nudeln, Salami- und Gemüsepizza

| | Kcal je 100 g (je Portion ²⁾) | Gramm Fett je 100 g (je Portion ²⁾) | Gesättigte Fettsäuren je 100 g (je Portion ²⁾) | Gramm Salz je 100 g (je Portion ²⁾) | Ballaststoffe je 100 g (je Portion ²⁾) |
|------------------------------|---|---|---|---|--|
| Salamipizza | | | | | |
| 3 Etagen | 262 | 7,6 | 3,8 | 1,45 | 1,4 |
| Schmidtorstraße 2, 4020 Linz | (514) | (14,9) | (7,5) | (2,8) | (2,7) |
| Merkur | 304 | 14,2 | 8,1 | 2,1 | 3,4 |
| Blütenstraße 13, 4040 Linz | (726) | (33,9) | (19,4) | (5) | (8,1) |
| Oliva Döner Grill | 307 | 15,1 | 7,4 | 2 | 2,4 |
| Lentia City, 4040 Linz | (325) | (16) | (7,8) | (2,1) | (2,5) |
| Pizza Mann | 196 | 4,9 | 3,2 | 1,2 | 2,9 |
| Hauptstraße 66, 4040 Linz | (533) | (13,3) | (8,7) | (3,2) | (7,9) |
| FUZO | 270 | 12,2 | 5,4 | 2 | 1 |
| Rudolfstraße 1, 4040 Linz | (370) | (16,7) | (7,4) | (2,7) | (1,37) |
| Maximarkt | 269 | 10,7 | 5,8 | 2 | 4,4 |
| Bäckermühlweg 61, 4030 Linz | (382) | (15,2) | (8,2) | (2,8) | (6,2) |
| Ring | 295 | 15,4 | 8,5 | 2 | 5,4 |
| Landstraße 76, 4020 Linz | (561) | (29) | (16,2) | (3,8) | (10,3) |
| Francesco | 255 | 11,7 | 5,9 | 1,9 | 2,6 |
| Betlehemstraße 1, 4020 Linz | (564) | (25,9) | (13) | (4,3) | (5,7) |
| Gemüsepizza | | | | | |
| 3 Etagen | 195 | 3,6 | 2,4 | 0,93 | 3 |
| Schmidtorstraße 2, 4020 Linz | (417) | (7,7) | (5,1) | (2) | (6,4) |
| Merkur | 243 | 9,7 | 6,2 | 1,45 | 2,9 |
| Blütenstraße 13, 4040 Linz | (678) | (27) | (17,3) | (4) | (8,1) |
| Oliva Döner Grill | 216 | 12,4 | 5 | 1,2 | 3 |
| Lentia City, 4040 Linz | (384) | (22,1) | (8,9) | (2,2) | (5,3) |
| Pizza Mann | 301 | 12,5 | 6,8 | 1,8 | 1,5 |
| Hauptstraße 66, 4040 Linz | (307) | (12,75) | (6,9) | (1,8) | (1,5) |
| FUZO | 161 | 4,3 | 2 | 1,1 | 4,7 |
| Rudolfstraße 1, 4040 Linz | (290) | (7,7) | (3,6) | (2) | (8,5) |
| Maximarkt | 232 | 6,4 | 4,2 | 1,5 | 4 |
| Bäckermühlweg 61, 4030 Linz | (327) | (9) | (5,9) | (2,1) | (5,6) |

²⁾ Portion entspricht einem Viertelstück bzw. einer Schnitte

In Anlehnung an die in Großbritannien entwickelte Ampelkennzeichnung wurden die Nährwerte mit den Signalfarben rot, gelb und grün markiert. Grün steht dabei für einen geringen, Gelb für einen mittleren und Rot für einen hohen Gehalt am jeweiligen Nährwert bezogen auf 100g:

| pro 100 Gramm | gering (grün) | mittel (gelb) | hoch (rot) |
|------------------------------|---------------|-------------------------|-----------------|
| Fett | bis 3,0 Gramm | über 3,0 bis 20,0 Gramm | über 20,0 Gramm |
| gesättigte Fettsäuren | bis 1,5 Gramm | über 1,5 bis 5,0 Gramm | über 5,0 Gramm |
| Zucker | bis 5,0 Gramm | über 5,0 bis 12,5 Gramm | über 12,5 Gramm |
| Salz | bis 0,3 Gramm | über 0,3 bis 1,5 Gramm | über 1,5 Gramm |