



Nährwerttabelle

Brotsorte	Basis	Kcal	KH	Fett	Eiweiß
Amaranthbrot	100 g	308	60,4	3,1	9,7
Baguette	100 g	320	57,5	3,6	13,4
Baguettebrot	100 g	318	57,7	3,4	13,1
Brötchen	100 g	320	57,5	3,6	13,4
Dinkel-Sauerteigbrot	100 g	323	61,2	3,3	11,9
Dinkelbrot	100 g	327	61,4	3,5	12,4
Dinkelbrötchen	100 g	327	61,4	3,5	12,4
Dinkelhörnchen	100 g	327	61,4	3,5	12,4
Feinschrotbrot	100 g	303	60,3	1,8	10,3
Gersterbrot	100 g	306	58,4	2,1	12,4
Gewürzbrot	100 g	304	59,9	2,1	10,4
Hafer-Dinkel-Brot	100 g	316	61,1	3,0	10,2
Kamut-Dinkel-Brot	100 g	328	58,1	4,5	13,7
Kasslerbrot	100 g	306	58,4	2,1	12,4
Krustenbrot	100 g	306	58,4	2,1	12,4
Kürbiskernbrot	100 g	325	54,4	6,3	11,7
Kürbiskernbrötchen	100 g	338	53,1	6,8	15,1
Leinsamenbrot	100 g	307	55,2	4,2	11,2
Mehrkorn-Weizenbrot	100 g	370	44,5	14,4	15,4
Mehrkornbrot	100 g	320	57,1	5,0	11,1
Mehrkornbrötchen	100 g	370	44,5	14,4	15,4
Mohnbrötchen	100 g	329	54,1	6,0	13,9
Müslibrot	100 g	345	54,1	8,4	12,7
Roggen-Dinkel-Brot	100 g	306	61,1	2,1	10,0
Roggenbrot	100 g	294	59,7	1,7	9,0
Rosinenbrötchen	100 g	336	56,4	7,1	11,2
Rosinensemmel	100 g	336	56,4	7,1	11,2
Sesambrötchen	100 g	338	54,4	6,9	13,6
Sonnenblumenbrot	100 g	326	56,0	6,0	11,2
Sonnenblumenbrötchen	100 g	336	54,6	6,5	14,0