

## NL Food Nutritionals

### Christmas 2017

Product	Product Suitable for		Energy (kJ)		Energy (kcal)		Fat (g)		of which are saturates (g)		Carbohydrates (g)		of which are sugars (g)		Fibre (g)		Protein (g)		Salt (g)	
	Vegetarian	Vegan	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit	Per 100g	Per Unit
<b>MUFFINS</b>																				
BLUEBERRY MUFFIN	Y	N	1622	1979	387	472	19,4	23,6	4,2	5,1	47,1	57,4	21,6	26,3	1,4	1,7	5,4	6,6	0,37	0,45
TRIPLE CHOCOLATE FILLED MUFFIN	Y	N	1669	2086	399	499	19,8	24,8	7,6	9,5	48,0	60,0	27,4	34,3	1,7	2,1	6,3	7,9	0,36	0,45
CRANBERRY CHEESECAKE MUFFIN	Y	N	1460	1825	350	438	19,4	24,3	6,8	8,4	38,7	48,4	18,2	22,8	0,8	1,0	4,8	6,0	0,32	0,40
<b>BARS &amp; BROWNIES</b>																				
CARAMEL SHORTBREAD SLICE	Y	N	2085	1668	499	399	27,9	22,3	17,0	13,6	57,5	46,0	33,4	26,7			5,5	4,4	0,30	0,30
GRANOLA BAR	Y	N	1815	1450	435	350	20,0	16,0	7,7	6,2	56,4	45,1	32,3	25,8	4,7	3,8	6,6	5,3	0,40	0,30
CARAMEL PECAN BROWNIE	Y	N	1920	1536	460	368	26,3	21,0	14,2	11,4	51,6	41,3	38,1	30,5			5,6	4,5	0,30	0,30
LEMON COCONUT BAR	Y	N	1780	1424	425	340	23,4	18,7	17,6	14,1	50,1	40,1	35,4	28,3	0,6	0,5	5,6	4,5	0,40	0,32
CHRISTMAS TREE BROWNIE	Y	N	1900	1425	454	341	28,0	21,0	17,0	12,8	47,0	35,3	37,0	27,8	2,6	2,0	5,7	4,3	0,20	0,10
<b>COOKIES</b>																				
DARK CHOCOLATE CHUNK COOKIE	Y	N	1980	1584	473	378	22,3	17,8	13,5	10,8	60,2	48,1	32,8	26,2	3,7	3,0	6,0	4,8	0,40	0,32
NUTELLA COOKIE	Y	N	1938	1589	463	380	22,4	18,4	9,5	7,8	62,1	50,9	35,2	28,9	6,0	4,9	6,3	5,2	0,48	0,40
CHRISTMAS CHOCOLATE COOKIE	Y	N	2020	1737	483	415	23,8	20,5	16,6	14,3	60,1	51,7	42,6	36,6	2,9	2,5	5,7	4,9	0,48	0,40
<b>LOAF CAKES</b>																				
LEMON LOAF CAKE	Y	N	1630	1467	391	352	23,7	21,3	9,8	8,8	39,9	35,9	26,4	23,8	1,2	1,1	4,8	4,3	0,60	0,54
MARBLE LOAF CAKE	Y	N	1814	1633	435	392	27,0	24,3	9,9	8,9	39,1	35,2	27,4	24,7	2,4	2,2	6,2	5,6	0,50	0,45
CHOCOLATE TRUFFLE LOAF CAKE	Y	N	1648	1483	394	355	22,3	20,1	6,3	5,7	41,6	37,4	33,4	30,1	3,1	2,8	5,8	5,2	0,60	0,50
<b>MINI CAKES</b>																				
CHOCOLATE CAKE	Y	N	1782	1247	426	298	25,8	18,1	8,6	6,0	43,6	30,5	29,3	20,5	6,6	4,6	5,6	3,9	0,50	0,35
SALTED CARAMEL CAKE	Y	N	1713	1199	408	286	22,1	15,5	7,3	5,1	45,2	31,6	29,7	20,8	1,5	1,1	6,0	4,2	0,50	0,35
RED VELVET CAKE	Y	N	1572	1100	375	263	16,5	11,6	10,4	7,3	50,6	35,4	38,5	27,0	2,6	1,8	4,8	3,4	0,40	0,30
MAPLE & PECAN BUNDT CAKE	Y	N	1689	1182	403	282	17,9	12,5	3,5	2,5	56,2	39,3	34,5	24,2	1,0	0,7	3,7	2,6	0,31	0,22
WHITE CHOCOLATE & RASPBERRY BUNDT CAKE	Y	N	1614	1227	384	292	14,9	11,3	3,9	3,0	58,4	44,4	39,1	29,7	0,9	0,7	3,6	2,7	0,30	0,23
<b>ROUND CAKES &amp; CHEESECAKES</b>																				
RED VELVET CAKE	Y	N	1921	2459	460	589	28,7	36,7	11,1	14,2	47,3	60,6	36,6	46,9	3,2	4,1	0,6	0,8	0,36	0,50
DOUBLE CHOCOLATE RASPBERRY CHEESECAKE	Y	N	1339	2183	320	522	17,3	28,1	11,5	18,7	35,3	57,5	26,9	43,9	1,4	2,3	5,9	9,6	0,25	0,40
NEW YORK CHEESECAKE	Y	N	1328	2098	318	502	19,0	30,0	12,0	19,0	32,0	50,6	20,0	31,6	0,6	0,9	4,6	7,3	0,61	0,96
CHOCOLATE & BERRY ROUND CAKE	Y	N	1668	1618	397	385	16,0	15,5	4,4	4,2	58,7	56,9	45,2	43,9	1,4	1,3	4,7	4,5	0,61	0,60
WHITE CHOCOLATE & LINGONBERRY CHEESECAKE	Y	N	1283	1770	307	423	16,3	22,4	9,2	12,8	34,9	48,2	27,1	37,4	0,7	0,9	5,2	7,1	0,38	0,53
<b>PASTRIES, DANISHES &amp; PANCAKES</b>																				
CROISSANT PREMIUM	Y	N	1810	1086	435	261	24,1	14,5	15,4	9,2	44,7	26,8	9,7	5,8	1,8	1,1	9,5	5,7	1,19	0,70
PAIN AU CHOCOLAT	Y	N	1830	1281	435	305	24,0	16,8	15,3	10,7	46,6	32,6	14,8	10,4	2,4	1,7	9,0	6,3	1,05	0,70
CINNAMON SWIRL	Y	N	1712	1712	408	408	19,3	19,3	11,1	11,1	54,2	54,2	23,6	23,6	5,4	5,4	1,7	1,7	0,68	0,68
NORDIC CINNAMON BRIOCHE	Y	N	1565	1565	372	372	14,0	14,0	8,0	8,0	52,4	52,4	17,2	17,2	8,4	8,4	1,7	1,7	0,70	0,70
NORDIC CHOCOLATE BRIOCHE	Y	N	1570	1570	374	374	14,6	14,6	8,4	8,4	50,8	50,8	15,6	15,6	1,4	1,4	9,1	9,1	0,69	0,69
NORDIC VANILLA BRIOCHE	Y	N	1511	1511	359	359	12,4	12,4	7,8	7,8	53,0	53,0	19,3	19,3	1,7	1,7	8,1	8,1	0,67	0,67
PANCAKE PLAIN BREAKFAST	Y	N	1157	289	275	69	9,6	2,4			40,0	10,0					7,0	1,8		
DANISH ALMOND STAR	Y	N	1482	1112	354	266	19,0	14,3	10,0	7,5	39,0	29,3	12,0	9,0	2,0	1,5	6,0	4,5	0,80	0,60
<b>DONUTS</b>																				
APPLE PIE DONUT	Y	N	1407	1027	337	246	19,0	14,0	9,2	6,7	36,0	26,0	12,0	9,1	1,6	1,1	4,8	3,5	0,87	0,63
BLUEBERRY DONUT	Y	N	1535	998	368	239	21,0	14,0	11,0	6,9	39,0	25,0	16,0	11,0	2,5	1,6	4,8	3,1	0,85	0,56
ROCKY ROAD DONUT	N	N	1859	1450	446	348	28,0	22,0	13,0	11,0	39,0	31,0	14,0	11,0	2,6	2,0	6,8	5,3	0,95	0,74
PLAIN DONUT	Y	N	1567	1097	375	263	20,7	14,5	9,7	6,8	41,5	29,0	17,3	12,1	1,0	0,7	5,6	3,9		
CHOCOLATE & HAZELNUT DONUT	Y	N	1984	1488	474	356	30,0	22,5	14,1	10,6	44,9	33,7	23,8	17,9	5,3	3,4	1,9	1,4		
<b>YOGHURT &amp; FRUIT</b>																				

BRILLIANT BERRY	Y	N	462	1156	110	274	4,0	10,0	2,5	6,2	13,5	33,7	12,3	30,9	0,3	0,8	3,7	9,3	0,16	0,40
YOGHURT & GRANOLA	Y	N	574	1550	137	370	5,8	15,7	3,2	8,6	15,6	42,1	8,0	21,6	0,9	2,4	5,1	13,8	0,14	0,40
FRUIT SALAD	Y	Y	242	484	58	116	0,2	0,4	0,0	0,0	13,0	26,0	11,6	23,2	1,7	3,4	0,8	1,6	0,00	0,00
APPLE & CRANBERRY BIRCHER	Y	N	594	1337	142	320	6,1	13,7	2,9	6,5	16,9	38,0	10,4	23,4	1,2	2,7	4,2	9,5	0,12	0,27
<b>SAVOURY FOODS</b>																				
CHICKEN CURRY WRAP	N	N	988	1927	236	460	11,5	22,4	0,9	1,8	20,7	40,4	0,9	1,8	3,5	6,8	10,8	21,1	0,94	1,83
CROISSANT BUN - EGG, BACON & CHEESE	N	N	1277	1954	307	470	17,3	26,5	4,9	7,5	25,6	39,2	4,7	7,2	1,2	1,8	11,4	17,4	1,12	1,70
CREAMCHEESE BAGEL	N	N	1095	1643	261	392	10,6	15,9	5,9	8,9	32,3	48,5	3,3	5,0	1,8	2,7	8,2	12,3	1,50	2,30
SANDWICH BLT	N	N	878	1651	211	397	10,5	19,8	2,0	3,8	21,7	40,8	0,8	1,4	1,6	3,2	6,5	12,3	0,79	1,48
CROQUE HAM AND CHEESE	N	N	937	1265	427	576	6,8	9,2	3,8	5,2	27,3	36,9	1,1	1,4	0,8	1,2	12,8	17,3	1,65	2,22
BELLA MOZZARELLA	Y	N	1119	2428	268	582	14,7	31,9	2,8	6,1	24,5	53,2	0,7	1,5	0,3	0,7	9,2	20,0	0,22	0,50
ALL DAY BREAKFAST	N	N	897	1767	213	419	6,6	13,0	1,9	3,8	29,2	57,6	0,5	1,0			8,6	16,9	0,82	1,60
HAM & CHEESE CROISSANT	N	N	1460	1504	350	361	22,1	22,8	4,6	4,7	26,6	27,4	0,6	0,6			11,0	11,3	0,80	0,80
FEAST HAM CHEESE AND EGG SANDWICH	N	N	1028	2158	245	515	14,7	30,8	3,9	8,1	17,0	35,6	0,2	42,0			11,7	24,5	1,02	2,14
WRAP CHICKPEA	Y	Y	774,6	1587,93	185	378	6,3	23,8	1,5	3,1	23,7	48,5	2,1	4,4	3,1	6,3	6,3	12,9	0,98	2,01
ARTISAN BAGUETTE CHIPOTLE CHICKEN	N	N	1053	2211	251	528	11,4	23,9	2,2	4,6	24,8	52,1	1,4	2,9			11,5	24,2	1,10	2,30
NORDIC VEGAN HOUMOUS & CARROT SANDWICH	Y	Y	933	1679	223	401	10,8	19,4	2,0	3,6	24,8	44,6	4,8	8,6	2,6	4,7	5,4	9,7	0,26	0,47
QUINOA SALAD CHEESE & POMEGRANATE	Y	N	699	1453	168	350	11,9	24,8	2,4	5,0	8,4	17,5	2,5	5,2			5,6	11,6	0,63	1,31
LUNCH BOX: FAJITA CHICKEN & SALSA VERDE	N	N	713	1946	171	467	6,7	18,3	1,2	3,3	19,2	52,4	1,4	3,8	0,9	2,4	7,8	21,3	0,28	0,76
LUNCH BOX: GRILLED VEGETABLES & HALLOUMI	N	N	659	1687	157	402	5,8	14,8	1,7	4,4	18,0	46,1	1,7	4,4	3,5	9,0	6,9	17,7	0,52	1,33
PULLED PORK BAGEL	N	N	960	1872	228	445	8,0	15,6	3,2	6,2	25,7	50,1	3,7	7,2	1,2	2,3	11,8	23,0	1,11	2,16
CROISSANT ROLL - BLUE CHEESE & PECAN NUTS	Y	N	1599	2287	383	548	21,0	30,0	11,0	15,7	40,0	57,2	10,0	14,3	0,2	0,3	9,0	12,9	0,36	0,51