

TABEL MET VOEDINGSWAARDEN VOOR O'TACOS PRODUCTEN

Datum van bijwerking : 13/11/2023

Versie : : 1 - BE

De voedingswaarden zijn gebaseerd op gemiddelde waarden berekend voor elk van de producten geleverd door de verschillende O'TACOS leveranciers. De samenstelling en de grootte van de producten zijn gestandaardiseerd. De voedingswaarden zijn vastgesteld op basis van analyses door erkende laboratoria en verklaringen van onze leveranciers. Verschillende parameters kunnen de voedingswaarden beïnvloeden, zoals bereidingstechnieken, bevoorradingsbronnen en seizoensschommelingen.

CATEGORIE	PRODUCT	ENERGIEWAARDE (in KJ)	ENERGIEWAARDE (in kcal)	VET (in g)	WAARVAN VERZADIGDE VETZUREN (en g)	KOOLHYDRATEN (in g)	SUIKERS (in g)	VOEDSELVEZELS (in g)	EIWITTEN (in g)	ZOUT (in g)
TORTILLA	TORTILLA	1348	320	8,1	4,1	53,8	50,5	3,3	9,6	1,26
KAASSAUS	KAASSAUS	795	192	16,9	11,18	5,9	5,9	<0,5	4,1	0,926
FRIETJES	FRIETJES	975	233	10,5	2,07	32,5	29,8	2,7	3,4	1,07
GEFRITUURD VLEES	KIP CORDON BLEU	977	234	13	3,35	18,4	16,5	1,9	11,8	1,049
GEFRITUURD VLEES	KIP TENDERS	1119	268	13,8	2,48	20,6	19,3	1,3	15,9	1,354
GEFRITUURD VLEES	SPICY KIP TENDERS	1320	315	15,69	2,89	25,95	2,2	2,54	16,34	0,66
GEFRITUURD VLEES	KIP NUGGETS	1209	290	18,3	3,56	15,6	14,6	1	16,2	0,915
GEFRITUURD VLEES	FALAFEL	1252	301	20	3,89	26,6	19,6	7	7,2	3,303
VLEES	RUNDERGEHAKT	991	238	15,3	7,13	<0,1	<0,1	<0,9	25	0,172
VLEES	KIP NATUR	533	126	2,2	0,73	3,1	2,1	1	24	0,705
VLEES	GEMARINEERDE KIP	633	151	6,5	1,78	6,4	4,7	1,7	17,6	1,309
SAUS	ALGERIJNSE SAUS	1888	456	42	3,2	18	15	X	1,3	1,6
SAUS	HAMBURGERSAUS	1046	252	21	1,6	14	11	X	0,9	2,3
SAUS	BARBECUESAUS	683	161	<0,5	<0,1	38	31	X	0,7	3,1
SAUS	THAISE CHILISAUS	695	163	<0,5	<0,1	39	20	X	<0,5	2,2
SAUS	CURRYSAUS	1512	365	31	3,4	19	16	X	0,9	1,6
SAUS	FUEGOSAUS	756	180	5,3	0,7	29	25	X	1,4	2,6
SAUS	SAMURAI SAUS	2048	585	62	4,7	4,1	3	X	1,3	1,8
SAUS	ANDALUSISCHE SAUS	2065	501	51,4	4,1	6,9	4,8	X	1,5	1,7
SAUS	DALLAS SAUS	2151	521	49	4,2	17,1	12,8	X	1,9	2,1
SAUS	JOPPIESAUS	1273	304	22,8	1,8	24,1	20,2	X	1,1	1,3
SAUS	BRAZILIAANSE SAUS	2396	581	56,6	4,6	15,4	12,8	X	1,3	1
SAUS	KETCHUP	435	102	0,1	<0,1	23,2	22,8	X	1,2	1,8
SAUS	MAYONAISE	2716	660	72	5,4	3	2,9	X	0,9	1,1
SUPPLEMENT	GEROOKT RUNDERSPEK	1069	256	15,6	7,29	0,9	0,9	<0,9	28	3,213
SUPPLEMENT	SPEK VAN GEVOGELTE	874	210	15,4	4,87	<0,1	<0,1	<0,9	17,9	3,205
SUPPLEMENT	CHEDDARSAUS	1622	391	30,6	20,98	1,9	1,9	3	26,35	1,519
SUPPLEMENT	SAUCE CHEDDAR	466	112	6,8	5,14	9,4	9,4	<0,5	3,2	1,987
SUPPLEMENT	LACHENDE KOE KAAS	903	218	17,5	11,5	4,5	4,5	0	10,5	1,7
SUPPLEMENT	BOURSIN KAAS	850	205	19	12,5	5	4,5	X	3,5	1,2
SUPPLEMENT	GEITENKAAS	1208	291	23	16	1	1	0	20	1,5
SUPPLEMENT	GOUDSE KAAS	1494	357	29,9	20,3	0	0	X	22,8	1,9
SUPPLEMENT	MOZZARELLA KAAS	1286	309	21,7	14,43	1,4	1,4	<3	26,41	1,023
SUPPLEMENT	RACLETTE KAAS	1626	392	30,9	21,67	<0,1	<0,1	<3	27,82	1,978
FRITUURPRODUCT	AARDAPPELGALETTE	774	185	9	1	21,5	0,5	3	3	1,3
FRITUURPRODUCT	JALAPENO CHEESE NUGGETS	1230	295	18	6,74	26	24,1	1,9	8,2	1,724
FRITUURPRODUCT	KAASRINGEN	1421	341	21,3	9,45	23,9	22,6	1,3	14	1,35

TABEL MET VOEDINGSWAARDEN VOOR O'TACOS PRODUCTEN

Datum van bijwerking : 13/11/2023

Versie : : 1 - BE

De voedingswaarden zijn gebaseerd op gemiddelde waarden berekend voor elk van de producten geleverd door de verschillende O'TACOS leveranciers. De samenstelling en de grootte van de producten zijn gestandaardiseerd. De voedingswaarden zijn vastgesteld op basis van analyses door erkende laboratoria en verklaringen van onze leveranciers. Verschillende parameters kunnen de voedingswaarden beïnvloeden, zoals bereidingstechnieken, bevoorradingsbronnen en seizoensschommelingen.

CATEGORIE	PRODUCT	ENERGIEWAARDE (in KJ)	ENERGIEWAARDE (in kcal)	VET (in g)	WAARVAN VERZADIGDE VETZUREN (en g)	KOOLHYDRATEN (in g)	SUIKERS (in g)	VOEDSELVEZELS (in g)	EIWITTEN (in g)	ZOUT (in g)
FRITUURPRODUCT	UIENRINGEN	1062	254	11,9	2,34	34,4	30	4,4	4,5	0,659
SUPPLEMENT	PADDENSTOELEN	108	26	<0,3	<0,01	5,4	3,4	2	2	0,045
SUPPLEMENT	GEKARAMELISEERDE UIEN	148	35	<0,3	<0,01	8,8	6,9	1,9	0,9	<0,013
SUPPLEMENT	GEMENGDE PAPRIKA'S	155	37	0,2	0	7,8	4,7	X	0,9	0,8
SUPPLEMENT	GEBAKKEN UIEN	2450	590	44	21	40	9	0	6	1,2
DESSERT	MELK	266	64	3,5	2,3	4,7	4,7	0	3,3	0,13
DESSERT	IJS	593	141	4,5	3,09	23,4	22,8	0,6	1,99	0,346
DESSERT	GEWONE MILKSHAKE : MELK + IJS	481	114	3,9	2,66	17,2	17,2	<0,5	2,51	0,267
DESSERT	SLAGROOM	1471	351	32	23	13	13	X	2	0,07
DESSERT	KINDER BUENO	2372	567	37,21	17,21	47,91	41,4	X	8,37	0,27
DESSERT	KINDER BUENO WHITE	2380	571	35,9	16,8	53	43,9	X	8,5	0,33
DESSERT	KINDER SCHOKOBONS	2379	569	36,21	20,69	51,72	51,72	X	8,62	0,28
DESSERT	VANILLE OREO	1998	476	20	5,4	68	37	3	5,1	0,73
DESSERT	SMARTIES	2006	478	19,6	11,3	69,5	64,1	1	5,3	0,14
DESSERT	SPECULOOS	2032	484	19	8,8	72,6	38,1	1,3	4,9	0,92
DESSERT	TOPPING M&Ms	2152	514	25	10	59	54	0	10	0,09
DESSERT	CHOCOLADE BROWNIE	2004	479	26	11	54	39	X	6,6	0,18
DESSERT	KARAMEL DESSERTSAUS	1060	250	0,5	0,5	60	55	X	0,5	X
DESSERT	CHOCOLADE DESSERTSAUS	1205	285	2,5	1	65	55	X	2,5	X
DESSERT	BOSVRUCHTEN DESSERTSAUS	745	175	2,5	0,5	43	38	X	X	X
DESSERT	TIRAMISU MET PINDA'S	1437	346	25	16,22	27,1	26	1,1	3,6	0,085
DESSERT	TIRAMISU MET KARAMEL	1492	358	24,2	16,06	32,2	32,2	<0,5	2,9	0,234
DESSERT	TIRAMISU CHOCOLADE HAZELNOOT	1418	340	23	12	29	25	0,5	4,1	0,17
DESSERT	CHOCOLADE HAZELNOOT COOKIE	1920	457	18,1	3,87	69	67,2	1,8	5,5	0,666
DESSERT	SUIKERDONUT	1577	377	19,7	8,61	43,8	41,9	1,9	7,1	1,059
DESSERT	CHOCOLADE HAZELNOOT DONUT	1826	437	25,6	9,94	45,8	43,5	2,3	7,1	0,827
DESSERT	YOGHURT DRINKEN	303	72	1,3	0,9	11,2	10,9	0,1	2,8	0,12
DESSERT	COMPOTE IN EEN KALEBAS	214	51	0,5	0,1	9,6	8,8	2	0,5	0,01
FRITUUROLIE	FRITUUROLIE	3700	900	100	24	0	0	0	0	0
DRANK	VISSEN AQUARIUS	131	30,7	0	0	7,4	7,4	X	0	0,06
DRANK	CAPRI-SUN MULTIVITAMINE	89	21	0	0	4,9	4,9	X	0	0
DRANK	COCA COLA	180	42	0	0	10,6	10,6	X	0	0
DRANK	COCA COLA 3000	1,6	0,4	0	0	0	0	X	0	0
DRANK	COCA COLA ZONDER SUIKER	1,4	0,3	0	0	0	0	X	0	0,02
DRANK	COCA COLA CHERRY	194	46	0	0	11,4	11,4	X	0	0
DRANK	COCA COLA ZERO NO CAFFEINE	1,52	0,3	0	0	0	0	0	0	0,01
DRANK	MINERAALWATER CHRISTALINE 5L	0	0	0	0	0	0	0	0	0

TABEL MET VOEDINGSWAARDEN VOOR O'TACOS PRODUCTEN

Datum van bijwerking : 13/11/2023

Versie : : 1 - BE

De voedingswaarden zijn gebaseerd op gemiddelde waarden berekend voor elk van de producten geleverd door de verschillende O'TACOS leveranciers. De samenstelling en de grootte van de producten zijn gestandaardiseerd. De voedingswaarden zijn vastgesteld op basis van analyses door erkende laboratoria en verklaringen van onze leveranciers. Verschillende parameters kunnen de voedingswaarden beïnvloeden, zoals bereidingstechnieken, bevoorradingsbronnen en seizoensschommelingen.

CATEGORIE	PRODUCT	ENERGIEWAARDE (in KJ)	ENERGIEWAARDE (in kcal)	VET (in g)	WAARVAN VERZADIGDE VETZUREN (en g)	KOOLHYDRATEN (in g)	SUIKERS (in g)	VOEDSELVEZELS (in g)	EIWITTEN (in g)	ZOUT (in g)
DRANK	EMINERAALWATER CRISTALINE 1,5L	0	0	0	0	0	0	0	0	0
DRANK	SPRANKELEND WATER 0,5L	0	0	0	0	0	0	0	0	0
DRANK	NIET SPRANKELEND WATER 0,5L	0	0	0	0	0	0	0	0	0
DRANK	AARDBEI CRISTALINE	101	24	0	0	5,9	5,7	0,04	0,04	0,01
DRANK	VISSEN CRISTALINE	97	23	0	0	5,6	5,5	0,04	0,04	0,01
DRANK	FANTA ZWARTE BES	190	45	0	0	10,91	10,91	X	0	0
DRANK	FANTA CITROEN	136	32	0	0	7,88	7,88	X	0	0,01
DRANK	FANTA EXOTIC	112	26	0	0	6,36	6,36	0	0	0
DRANK	FANTA ORANJE	203	48	0	0	11,7	11,7	X	0	0
DRANK	FANTA ZERO ORANJE	11	3	0	0	0,4	0,4	X	0	0,01
DRANK	FUZTEA PECHE HIBISCUS THE NOIR	79	19	0	0	4,3	4,3	0	0	0
DRANK	FUZTEA PETILLANT CITRON THE NOIR	78	18	0	0	4,3	4,2	0	0	0,03
DRANK	MONSTER ENERGY	201	47	0	0	12	11	0	0	0,19
DRANK	MONSTER MANGO LOCO	211	49	0	0	12	12	0	0	0,04
DRANK	MONSTER PUNCH ROSE	192	45	0	0	10	10	0	0	0,04
DRANK	MONSTER ENERGY ZONDER SUIKER	12	3	0	0	0,8	0	0	0	0,16
DRANK	NALU FRUITY ENERGIZER	80	20	0	0	4,7	4,7	0	0	0
DRANK	TROPICO HET ORIGINEEL	129	30	0	0	7,2	7,2	0	0	0
DRANK	SPRITE	117	28	0	0	6,6	6,6	0	0	0,02
DRANK	HAWAI TROPICAL	230	54	0	0	13,3	13,3	0	0	0