

OVERZICHT VAN DE VOEDINGSWAARDEN VAN DE O'TACOS-PRODUCTEN

De voedingswaarden zijn afkomstig van gemiddelde waarden die zijn berekend voor elk van de producten die door de verschillende leveranciers van O'TACOS worden geleverd. De producten zijn gestandaardiseerd qua samenstelling en grootte.

De voedingswaarden zijn vastgesteld op basis van analyses die zijn uitgevoerd door geaccrediteerde laboratoria en de verklaringen van onze leveranciers. Verschillende factoren kunnen de voedingswaarden beïnvloeden, zoals bereidingstechnieken, bevoorradingsbronnen en seizoensgebonden variaties. De voedingswaardevermeldingen worden uitgedrukt in gram per 100 g.

CATEGORIE	PRODUCT	Eenheid	ENERGIE (in KJ)	ENERGIE (in kcal)	TOTALE VETTEN (in g)	WAARVAN VERZADIGDE VETZUREN (in g)	KOOLHYDRATEN (in g)	WAARVAN SUIKERS (in g)	VEZELS (in g)	EIWITTEN (in g)	ZOUT (in g)
TORTILLA	TORTILLA 30 CM	100 g	1278	303	7,5	3,3	51,0	2,7	0,0	7,5	2,0
TORTILLA	TORTILLA 25 CM	100 g	1292	307	6,8	2,1	51,0	2,4	0,0	8,6	1,4
KAASSAUS	KAASSAUS	100 g	622	150	11,5	7,7	6,4	3,7	0,0	4,9	0,9
FRIET	FRIET	100 g	570	135	3,3	0,4	22,8	0,5	1,8	2,8	0,5
SALADE	SALADE	100 g	69	17	0,5	0,3	1,3	1,6	1,4	0,7	0,0
RIJST	JASMINRIJST	100 g	1700	400	0,5	0,1	93,0	0,0	0,9	7,1	0,0
VLEES	CORDON BLEU	100 g	930	223	13	2,7	16	0,8	0	12	1,4
VLEES	KIPTENDERS	100 g	821	196	7,3	0,7	16,1	1,1	0,0	15,7	1,3
VLEES	PITTIGE KIPTENDERS	100 g	911	217	9,0	1,3	19,1	1,2	0,0	14,4	1,8
VLEES	KIPNUGGETS	100 g	820	197	11,5	2,5	10,4	0,8	0,0	12,4	1,1
VLEES	FALAFEL	100 g	814	194	7,1	0,8	26,5	2,5	5,6	9,1	2,0
VLEES	CRISPY VEGE	100 g	1005	141	16,0	1,1	13,0	1,3	6,0	8,8	1,2
VLEES	OMELET	100 g	593	143	12	3	0,8	<0,5	0	10	0,64
VLEES	RUNDERGEHAKT	100 g	1017	245	19,1	9,0	0,8	0,3	0,0	18,3	0,3
VLEES	NATUUR KIPFILET STUKS	100 g	431	102	1,4	0,3	2,0	0,6	0,0	20,5	1,1
VLEES	GEMARINEERDE KIP	100 g	678	161	8,4	2,8	5,0	1,2	0,0	15,6	1,3
VLEES	MERGUEZ	100 g	918	221	17,0	7,3	3,2	0,5	1,1	15,0	1,9
VLEES	KEBAB	100 g	781	187	12,0	3,5	2,6	0,7	0,0	18,0	1,7
SAUS	ALGERIJNSE SAUS	100 g	1888	456	42,0	3,2	18,0	15,0	0,0	1,3	1,6
SAUS	GEËMULGEERDE SAUS	100 g	1046	252	21,0	1,6	14,0	11,0	0,0	0,9	2,3
SAUS	BARBECUE SAUS	100 g	683	161	0,5	0,1	38,0	31,0	0,0	0,7	3,1
SAUS	THAÏSE CHILISAUS	100 g	701	165	<0,5	<0,1	40,0	20,0	0,0	<0,5	2,2
SAUS	CURRYSAUS	100 g	1520	367	31,0	3,6	19,0	16,0	0,0	1,0	1,7
SAUS	FUEGO SAUS	100 g	756	180	5,3	0,7	29,0	25,0	0,0	1,4	2,6
SAUS	SAMOURAI SAUS	100 g	2048	585	62,0	4,7	4,1	3,0	0,0	1,3	1,8
SAUS	KETCHUP	100 g	435	102	0,1	0,1	23,2	22,8	0,0	1,2	1,8
SAUS	MAYONAÏSE	100 g	2716	660	72,0	5,4	3,0	2,9	0,0	0,9	1,1
SAUS	HONING	100 g	1360	320	0,0	0,0	80,0	80,0	0,0	0,0	0,0
SAUS	RANCH SAUS	100 g	1713	416	43,0	3,5	6,3	3,9	0,0	0,7	1,1
SAUS	KROKANT SAUSJE	100 g	1744	424	44,0	3,6	6,3	5,6	0,0	1,3	1,6
SAUS	SAUS VAN KWARK & KRUIDEN	100 g	1452	353	36,0	3,0	5,3	3,1	0,0	1,5	1,1
SAUS	HARISSA	100 g	277	66	2,9	0,5	5,0	5,0	0,0	2,4	2,8
EXTRA	GEROOKTE RUNDVLEESBACON	100 g	1243	298	23,0	9,1	1,3	0,5	0,0	21,0	1,4
EXTRA	KIP LARDON	100 g	899	217	16,9	4,6	0,1	0,1	0,0	16,6	2,6
EXTRA	PLAKJES GESMOLTEN CHEDDAR	100 g	1345	324	26	17	3,5	3,5	0	19	4
EXTRA	CHEDDARSAUS	100 g	584	140	8,7	6,4	11,7	5,4	0,0	3,7	2,4
EXTRA	VACHE QUI RIT	100 g	970	232	18,0	12,0	6,5	6,5	0,0	11,0	1,7
EXTRA	BOURSIN	100 g	774	188	18,5	12,5	2,0	1,0	0,5	3,0	1,1
EXTRA	GEITENKAAS	100 g	1208	291	23,0	16,0	1,0	1,0	0,0	20,0	1,5
EXTRA	EMMENTAL	100 g	1603	386	30,0	19,1	0,0	0,0	0,0	29,0	1,1
EXTRA	GOUDA	100 g	1535	370	30,0	18,3	0,1	0,1	0,0	25,0	2,0
EXTRA	MOZZARELLA	100 g	1315	316	23,0	16,0	1,3	0,6	0,0	26,0	1,3
EXTRA	RACLETTE	100 g	1427	344	27,0	18,0	1,2	0,5	0,0	24,0	1,9
EXTRA	GEBAKKEN UIEN	100 g	2370	571	44,0	20,0	36,0	15,0	4,5	6,0	1,0
EXTRA	GERASPTE EMMENTAL	100 g	1566	377	29,0	20,0	1,0	1,0	0,0	28,0	0,7
EXTRA	AUGURKEN	100 g	89	21	0,2	0,1	3,7	0,0	1,1	0,6	1,1
EXTRA	JALAPEÑO CHILIPERS	100 g	58	14	0,4	0,0	1,0	0,0	0,0	1,5	2,9
EXTRA	PADDENSTOELEN	100 g	104	25	0,3	0,0	1,5	0,2	2,7	2,7	0,7
EXTRA	UIEN	100 g	125	30	0,5	0,1	4,9	4,9	1,8	1,2	0,0
EXTRA	PAPRIKA-UIENMENGSEL	100 g	155	37	0,2	0,0	7,8	4,7	0,0	0,9	0,8
EXTRA	TOMMAAT	100 g	99	24	0,3	0,0	3,8	3,0	1,3	1,0	0,0
EXTRA	FETA	100 g	1122	270	22,0	15,6	0,7	0,2	0,1	17,4	2,2
FINGERFOOD*	AARDAPPEL-ANNIEKOEK	100 g	698	167	7,3	0,8	22,0	0,3	2,0	2,2	0,8
FINGERFOOD*	CHILI CHEESE NUGGETS	100 g	1061	253	12	5,7	29	3,9	0	6,9	1,7
FINGERFOOD*	CHEESE RINGS	100 g	1206	288	16,0	7,5	24,0	5,0	0,0	12,0	1,6
FINGERFOOD*	ONION RINGS	100 g	847	203	8,4	1,0	26,1	3,6	2,7	3,6	0,8
DESSERT	MELK	100 g	269	64	3,6	2,2	4,8	4,8	0,0	3,2	0,1
DESSERT	IJSMIX	100 g	628	149	5,0	3,6	23,0	19,0	0,4	2,8	0,4
DESSERT	NATUURLIJKE MILKSHAKE	100 g	481	114	3,9	2,7	17,2	17,2	<0,5	2,5	0,3

DESSERT	SLAGROOM	100 g	1439	348	32,0	23,0	13,0	13,0	0,0	2,0	0,1
DESSERT	KITKAT BALL	100 g	2112	505	25,0	14,9	61,8	49,7	2,4	6,8	0,7
DESSERT	KITKAT STUKJES	100 g	2077	496	24,4	14,3	62,0	46,8	2,6	5,7	0,1
DESSERT	CRUNCH TOPPING	100 g	2182	522	28,0	17,0	59,0	44,0	3,0	7,0	0,6
DESSERT	DAIM TOPPING	100 g	2268	543	32,0	17,0	61,0	60,0	1,2	3,0	0,8
DESSERT	GRANOLA TOPPING	100 g	2105	500	24,0	13,0	65,0	34,0	2,8	5,3	0,7
DESSERT	KINDER BUENO TOPPING	100 g	2384	572	37,3	17,3	49,5	41,2	0,0	8,6	0,3
DESSERT	SCHOKO-BONS TOPPING	100 g	2401	576	36,6	21,2	52,5	52,5	0,0	8,3	0,3
DESSERT	LION TOPPING	100 g	1977	471	19,4	10,9	67,3	40,5	2,3	5,6	0,6
DESSERT	OREO TOPPING	100 g	1998	476	20,0	5,4	68,0	37,0	3,0	5,1	0,7
DESSERT	SMARTIES TOPPING	100 g	1975	470	18,7	11,3	68,8	59,8	1,9	5,4	0,1
DESSERT	M&Ms TOPPING	100 g	2152	514	25,0	10,0	59,0	54,0	0,0	10,0	0,1
DESSERT	CHOCOLADE-HAZELNOOTS AUS	100 g	2443	587	41,0	4,2	49,0	48,0	2,0	4,5	0,3
DESSERT	KARAMELS AUS MET GEZOUTEN BOTER	100 g	1232	290	1,2	0,8	69,0	69,0	0,0	1,2	1,0
DESSERT	PINDAS AUS	100 g	2482	597	42,7	5,6	41,9	41,4	2,3	10,1	0,5
DESSERT	HAZELNOOTS AUS	100 g	2497	600	43,0	3,5	49,0	48,0	1,2	3,7	0,3
DESSERT	PISTACHES AUS	100 g	2436	585	39,0	4,1	53,0	52,0	0,9	5,0	0,4
DESSERT	AARDBEIENYOGHURTD RANK	100 g	254	60	0,8	0,5	10,0	10,0	0,0	2,8	0,1
DESSERT	APPEL-AARDBEIENCOMPOTE	100 g	270	64	0,2	0,0	14,0	14,0	1,4	0,3	0,0
DESSERT	TIRAMISU MET KARAMEL	100 g	1448	343	23,0	14,0	31,0	29,0	0,3	2,8	0,3
DESSERT	ZOFTE DONUT	100 g	1715	411	24,0	11,0	41,0	14,0	2,1	7,4	1,1
DESSERT	DONUT CACAO-HAZELNOOT	100 g	1960	470	30,0	13,0	42,0	23,0	2,4	6,9	0,8
DESSERT	COOKIE CHOCO HAZELNOOT	100 g	1998	476	21,0	4,9	66,0	41,0	0,0	6,1	0,6
DESSERT	CHUNKY CHURROS CHOCOLADE	100 g	972	231	7,1	1,1	39,0	19,0	2,9	3,9	1,1
DESSERT	BEN & JERRY'S COOKIE DOUGH	100 g	1152	275	15,0	9,8	30,0	25,0	0,0	4,0	0,2
DESSERT	BEN & JERRY'S BROWNIE	100 g	1070	255	12,0	7,5	31,0	28,0	2,1	4,3	0,3
DESSERT	BEN & JERRY'S BROOKIE	100 g	1166	278	16,0	8,4	30,0	24,0	0,7	4,0	0,4
DESSERT	BEN & JERRY'S PEANUT BUTTER CUP	100 g	1385	331	23,0	12,0	25,0	23,0	0,0	6,8	0,4
DESSERT	BEN & JERRY'S VANILLA PECAN	100 g	1195	913	18,0	12,0	28,0	26,0	0,0	3,5	0,2
OLIE	FRIJTUURROLIE	100 g	3700	900	100,0	24,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
DRANK	CAPRI-SUN MULTIVITAMIN	100 g	126	30	0,5	0,1	7,1	7,1	0,5	0,5	0,0
DRANK	COCA-COLA	100 g	180	42	0,0	0,0	10,6	10,6	0,0	0,0	0,0
DRANK	COCA-COLA CHERRY	100 g	182	43	0,0	0,0	10,7	10,7	0,0	0,0	0,0
DRANK	COCA COLA ZERO	100 g	2	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
DRANK	COCA COLA LEMON	100 g	182	43	0,0	0,0	10,6	10,6	0,0	0,0	0,0
DRANK	COCA COLA VANILLA	100 g	181	43	0,0	0,0	10,6	10,6	0,0	0,0	0,0
DRANK	CRISTALINE BRONWATER	100 g	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
DRANK	CRISTALINE AARDBEI	100 g	101	24	0,0	0,0	5,9	5,7	0,0	0,0	0,0
DRANK	CRISTALINE PERZIK	100 g	97	23	0,0	0,0	5,6	5,5	0,0	0,0	0,0
DRANK	FUZETEA PERZIK	100 g	80	19	0,0	0,0	4,3	4,3	0,0	0,0	0,0
DRANK	FUZETEA MUNT LIMOEN	100 g	79	19	0,0	0,0	4,4	4,4	0,0	0,0	0,1
DRANK	FANTA SINAASAPPEL	100 g	109	27	0,0	0,0	6,5	6,5	0,0	0,0	0,0
DRANK	FANTA MANGO DRAKENFRUIT	100 g	110	26	0,0	0,0	6,1	6,1	0,0	0,0	0,0
DRANK	FANTA CASSIS	100 g	191	45	0,0	0,0	10,9	10,9	0,0	0,0	0,0
DRANK	MONSTER ENERGY	100 g	156	37	0,0	0,0	9,4	8,4	0,0	0,0	0,2
DRANK	MONSTER MANGO LOCO	100 g	169	39	0,0	0,0	10,0	9,2	0,0	0,0	0,0
DRANK	OASIS TROPISCH	100 g	120	28	0,0	0,0	6,6	6,6	0,0	0,1	0,0
DRANK	OASIS APPEL-ZWARTE BES-FRAMBOOS	100 g	133	31	0,0	0,0	7,5	7,4	0,0	0,0	0,0
DRANK	OASIS APPEL-PEREN	100 g	152	36	0,0	0,0	8,5	8,4	0,0	0,0	0,0
DRANK	SCHWEPPES CITRUS	100 g	101	24	0,0	0,0	5,7	5,7	0,0	0,0	0,0
DRANK	SPRITE	100 g	141	33	0,0	0,0	8,1	8,0	0,0	0,0	0,0
DRANK	SPRITE LEMON AND MINT	100 g	6	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
DRANK	ORANGINA	100 g	173	41	0,1	0,0	9,7	9,6	0,0	0,1	0,0
DRANK	PERRIER	100 g	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
BOISSON	PULCO CITRONNADE	100g	91	21	0,0	0,0	4,9	4,7	0,0	0,0	0,0
BOISSON	RED BULL	100g	195	46	0,0	0,0	11,0	11,0	0,0	0,0	0,1
BOISSON	RED BULL ZERO	100g	9	2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
BOISSON	RED BULL APRICOT	100g	191	45	0,0	0,0	11,0	11,0	0,0	0,0	0,1

\*Fingerfood = bijgerecht