



**INFORMATIONEN  
NÄHRWERTE & ALLERGENE**

# INFOTEIL ZUTATEN KALOA

## **ALOHA!**

Schön, dass Du uns besuchen kommst. Hier informieren wir Dich über unsere Zutaten von KALOA Poké.

Neben Makronährstoffen wie Kohlenhydraten, Fetten und Eiweißen bestehen unsere Zutaten auch aus zahlreichen Mikronährstoffen und Vitaminen, die für eine gesunde und ausgewogene Ernährung ausschlaggebend sind.

Möglicherweise findest du in unserer Kühltheke saisonale Produkte, die hier nicht aufgeführt sind. In diesem Fall informiert Dich unser Personal gerne über die Produkte.

Achja: Wusstest Du schon, dass Du bei KALOA Poké auch online bestellen kannst? Alle Infos dazu findest Du auf unserer Homepage unter [www.kaloe-poke.com](http://www.kaloe-poke.com)

## **WAS IST EIGENTLICH POKÉ?**

Der Begriff „Poké“ bedeutet übersetzt „in Stücke geschnitten“. Die kulinarische Spezialität kommt ursprünglich aus dem hawaiianischen Raum und vereint heutzutage die Geschmäcker Polynesiens, Japans und der Westküste. Poké Bowls sind reich an hochwertigen Proteinen und bestehen aus einer Vielzahl gesunder Lebensmittel.

Traditionell wird eine Poké Bowl mit Sushi-Reis als BASE und rohem Fisch als PROTEIN verzehrt. Bei KALOA Poké geben wir auch unseren vegetarischen und veganen Freunden die Möglichkeit auf den hawaiianischen Geschmack zu kommen.

Apropo: Typisch für Poké Bowls ist ebenfalls das Essen mit Stäbchen ;-)

## **WIESO ORIGINAL CALIFORNIAN POKÉ?**

Californian Poké ermöglicht Dir eine individuelle Bowl-Kreation aus Fisch, Tofu oder Hühnchen und einer vielfältigen Auswahl an Gemüse und Obst. Unsere Saucen und Toppings runden Deine Schale voller Glück ab. Probiere es aus und kreiere Deine Original Californian Poké Bowl.

Hauptsache #thetasteofhappiness

*E'ai kua= Guten Appetit*



# Base SUSHI REIS

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	109 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,6 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,1 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	78 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,3 g
<b>Eiweiß</b>   protein	7,4 g
<b>Salz</b>   salt	0,01 g

## Nährwerte

Ballaststoffreich, Calcium, Natrium

# Base GREENS

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	16 kcal
<b>Fett</b>   fat	0 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	2 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,0 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0 g
<b>Salz</b>   salt	0 g

## Nährwerte

Kalium, Calcium, Magnesium, Ballaststoffreich

# Base ZUCCHINI STICKS

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	20 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,4 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	2,2 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	1,8 g
<b>Eiweiß</b>   protein	1,6 g
<b>Salz</b>   salt	0,02 g

## Nährwerte

Calcium, Eisen, Vitamin A, Vitamin C

# Protein LACHS

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	180 kcal
<b>Fett</b>   fat	11,2 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	2,7 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	0 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0 g
<b>Eiweiß</b>   protein	19,9 g
<b>Salz</b>   salt	0,1 g

## Nährwerte

Vitamin B12, Vitamin B6, Omega-3-Fettsäuren

# Protein AHI TUNA

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	225 kcal
<b>Fett</b>   fat	16 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,2 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	0 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0 g
<b>Eiweiß</b>   protein	22 g
<b>Salz</b>   salt	0,1 g

## Nährwerte

Omega-3-Fettsäuren, Natrium, Sulfur, Calcium

# Protein SHRIMPS

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	46 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,4 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,24 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	2,4 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,6 g
<b>Eiweiß</b>   protein	8,1 g
<b>Salz</b>   salt	0 g

## Nährwerte

Natrium, Kalium, Zink, Eisen

# Protein BIO TOFU

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	124 kcal
<b>Fett</b>   fat	7 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	1,3 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	0,5 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,05 g
<b>Eiweiß</b>   protein	14,2 g
<b>Salz</b>   salt	0,05 g

## Nährwerte

Vitamin A, Vitamin B3, Kalium, Calcium

# Protein CHICKEN

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	110 kcal
<b>Fett</b>   fat	2,0 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,3 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	0 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0 g
<b>Eiweiß</b>   protein	23 g
<b>Salz</b>   salt	0,1 g

## Nährwerte

Vitamin A, Vitamin B1, Kalium, Eisen, Magnesium

# Marinade

## TERIYAKI

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	99 kcal
<b>Fett</b>   fat	0 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	12 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	11 g
<b>Eiweiß</b>   protein	6,7 g
<b>Salz</b>   salt	10,2 g

### Allergen

Glutenhaltig, Sojaerzeugnisse



# Marinade

## SOJA LIMETTE

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	77 kcal
<b>Fett</b>   fat	0 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	3,2 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,6 g
<b>Eiweiß</b>   protein	10 g
<b>Salz</b>   salt	16,9 g

### Allergen

Glutenhaltig, Sojaerzeugnisse



# Marinade

## THAI MANGO

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	98 kcal
<b>Fett</b>   fat	6,2 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,7 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	10,2 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	9,8 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,2 g
<b>Salz</b>   salt	1,7 g

### Allergen

Schwefeldioxid, Milcherzeugnisse



# Marinade

## KNOBLAUCH

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	128 kcal
<b>Fett</b>   fat	1,1 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,1 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	28,6 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	28,5 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,4 g
<b>Salz</b>   salt	2,2 g

### Nährwerte

Verdickungsmittel



# Mix In

## ROTE BEETE

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	42 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,1 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	8,4 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	8,4 g
<b>Eiweiß</b>   protein	1,5 g
<b>Salz</b>   salt	0,14 g

### Nährwerte

Vitamin A, Vitamin C, Calcium, Eisen

# Mix In

## KAROTTE

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	39 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,2 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	4,8 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	4,8 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,8 g
<b>Salz</b>   salt	0,05 g

### Nährwerte

Vitamin A, Vitamin C, Calcium, Eisen, Vitamin D, Vitamin B12

# Mix In

## EDAMAME

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	134 kcal
<b>Fett</b>   fat	6 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,6 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	10 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	2,2 g
<b>Eiweiß</b>   protein	14 g
<b>Salz</b>   salt	0,02 g

### Nährwerte

Magnesium, Calcium, Eisen

# Mix In

## FRUHLINGSZWIEBEL

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	47 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,3 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	8,5 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	2,2 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,9 g
<b>Salz</b>   salt	0,03 g

### Nährwerte

Vitamin A, Vitamin C, Eisen, Calcium, Magnesium

# Mix In ANANAS

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	49 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,2 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	12,4 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	12,2 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,5 g
<b>Salz</b>   salt	0,05 g

## Nährwerte

Vitamin C, Vitamin A, Calcium

# Mix In TOMÄTCHEN

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	15 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,1 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	2,8 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	2,5 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,8 g
<b>Salz</b>   salt	0,007 g

## Nährwerte

Vitamin A, Vitamin B1, Vitamin E, Niacin, Kalium, Calcium, Magnesium

# Mix In RADISCHEN

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	17 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,1 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	2,1 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	2 g
<b>Eiweiß</b>   protein	1,1 g
<b>Salz</b>   salt	0,05 g

## Nährwerte

Kalium, Calcium, Magnesium, Vitamin A, Vitamin C

# Mix In GURKE

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	12 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,2 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	2,2 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	1,4 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,6 g
<b>Salz</b>   salt	0,007 g

## Nährwerte

Vitamin C, Vitamin B, Kalium, Eisen

# Mix In KICHERERBSEN

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	138 kcal
<b>Fett</b>   fat	1,75 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	16,8 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0 g
<b>Eiweiß</b>   protein	8,95 g
<b>Salz</b>   salt	0,3 g

## Nährwerte

Vitamin C, Vitamin B, Eisen

# Mix In CHIA-SAMEN

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	486 kcal
<b>Fett</b>   fat	31,1 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	3,3 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	8 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,8 g
<b>Eiweiß</b>   protein	17 g
<b>Salz</b>   salt	0,02 g

## Nährwerte

Magnesium, Eisen, Zink

# Topping SESAM-MIX

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	562 kcal
<b>Fett</b>   fat	50 g
davon gesättigte Fettsäuren   thereof saturated fatty acids	7,8 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	10,2 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	1 g
<b>Eiweiß</b>   protein	17,7 g
<b>Salz</b>   salt	0,1 g

## Nährwerte

Kupfer, Eisen, Zink

# Topping CASHEWNÜSSE

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	583 kcal
<b>Fett</b>   fat	44 g
davon gesättigte Fettsäuren   thereof saturated fatty acids	8 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	27 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	6 g
<b>Eiweiß</b>   protein	18 g
<b>Salz</b>   salt	14 g

## Nährwerte

Calcium, Magnesium

# Topping

## ERDNÜSSE

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	638 kcal
<b>Fett</b>   fat	48 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	7 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	9,5 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	3,3 g
<b>Eiweiß</b>   protein	29 g
<b>Salz</b>   salt	0,02 g

### Nährwerte

Eisen, Kalzium, Magnesium

# Topping

## NORI-ALGEN

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	188 kcal
<b>Fett</b>   fat	3,7 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,1 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	44,3 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,5 g
<b>Eiweiß</b>   protein	41,4 g
<b>Salz</b>   salt	1,3 g

### Nährwerte

Vitamin A, Vitamin C, Kalzium

# Topping

## JALAPENOS

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	29 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,4 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	< 0,1 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	6,5 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	4,1 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,9 g
<b>Salz</b>   salt	0 g

### Nährwerte

Vitamin C, Vitamin B, Eisen, Magnesium, Zink, Kalzium, Phosphor

# Topping

## SUSHI-INGWER

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	35 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,1 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	7,5 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	1,7 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,5 g
<b>Salz</b>   salt	0 g

### Nährwerte

Magnesium, Calcium

# Topping

## KOKOSRASPELN

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	622 kcal
<b>Fett</b>   fat	63 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	57 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	6,4 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	7,4 g
<b>Eiweiß</b>   protein	5,6 g
<b>Salz</b>   salt	0,02 g

### Nährwerte

Vitamin C, Magnesium

# Dressing

## SHY GINGER

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	163 kcal
<b>Fett</b>   fat	12,6 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	1 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	12,5 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	12,4 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,1 g
<b>Salz</b>   salt	2 g

### Allergen

Schwefeldioxid, Sesamsamen



# Dressing

## NAUGHTY WASABI

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	380 kcal
<b>Fett</b>   fat	36,7 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	2,7 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	11,7 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	8,1 g
<b>Eiweiß</b>   protein	1,1 g
<b>Salz</b>   salt	1,3 g

### Allergen

Ei, Glutenhaltig, Schwefeldioxid, Sellerie, Senfsamen



# Dressing

## LOVELY SESAME

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	303 kcal
<b>Fett</b>   fat	21,3 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	2,2 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	23,8 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	21,5 g
<b>Eiweiß</b>   protein	4,2 g
<b>Salz</b>   salt	2,7 g

### Allergen

Glutenhaltig, Sojaerzeugnisse, Schalenfrüchte, Sesamfrüchte



# Dressing

## DREAMY PEANUT

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	334 kcal
<b>Fett</b>   fat	26,8 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	2,4 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	19,7 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	16,5 g
<b>Eiweiß</b>   protein	3,8 g
<b>Salz</b>   salt	3,0 g

### Allergen

Glutenhaltig, Schwefeldioxid, Sojaerzeugnisse  
Knoblauch, Schalenfrüchte, Sesamsamen



# Dressing

## NASTY CHILI

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	259 kcal
<b>Fett</b>   fat	18 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	2,9 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	19 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	14 g
<b>Eiweiß</b>   protein	2,0 g
<b>Salz</b>   salt	4,1 g

### Allergen

Schwefeldioxid, Sojaerzeugnisse, Knoblauch, Senfsamen



# Dressing

## HEAVENLY MANGO

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	98 kcal
<b>Fett</b>   fat	6,2 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,7 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	10,2 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	9,8 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,2 g
<b>Salz</b>   salt	1,7 g

### Allergen

frei von Allergen



# Extra

## GRANATAPFEL

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	80 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,6 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,1 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	16,7 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	16,7 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,7 g
<b>Salz</b>   salt	0,01 g

### Nährwerte

Vitamin C, Eisen, Magnesium, Zink

# Extra

## MANGO

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	62 kcal
<b>Fett</b>   fat	0,4 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	0,11 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	12,5 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	12,4 g
<b>Eiweiß</b>   protein	0,6 g
<b>Salz</b>   salt	0,01 g

### Nährwerte

Kalium, Calcium, Vitamin C, Folsäure

# Extra

## WAKAME

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	69 kcal
<b>Fett</b>   fat	2,4 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	1,0 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	10,8 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	6,44 g
<b>Eiweiß</b>   protein	1,1 g
<b>Salz</b>   salt	2,06 g

### Nährwerte

Zink, Magnesium, Calcium

# Extra

## GUACAMOLE

	pro 100 g
<b>Energie</b>   energy	154 kcal
<b>Fett</b>   fat	15 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	2,1 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	8 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	0,7 g
<b>Eiweiß</b>   protein	2 g
<b>Salz</b>   salt	0,7 g

### Nährwerte

Vitamin A, Magnesium





# UNSERE GARANTIE

## **FRISCHE GARANTIE**

Unsere täglichen Qualitätskontrollen garantieren Dir absolute Frische. Für die richtige Auswahl unserer Produkte haben wir uns die Produktion unserer Lieferanten angeschaut.

Keines unserer Zutaten ist mit Geschmacksverstärkern versetzt.

## **ROHE ZUTATEN**

Keine Angst vor rohem Fisch. Die DEUTSCHE SEE, einer der besten Fisch-Lieferanten Deutschlands, beliefert uns mit hochwertiger Sushi-Qualität. Im Schockfrost-Verfahren wird der Fisch in einer konstanten Kühlkette an uns geliefert und Euch in bester Qualität serviert.

*Schockfrost-Verfahren: Die frische Ware wird auf -18 Grad eingefroren. Zellwasser und Nährstoffe bleiben unversehrt. Eiskristalle und Bakterien haben keine Chance.*

## **INDIVIDUALITÄT**

Du stehst bei uns im Mittelpunkt. Die Kundenzufriedenheit macht das Konzept von KALOA Poké perfekt. Unser Baukasten-Prinzip ermöglicht es Dir, nach kulinarischen Vorlieben und Essgewohnheiten auszuwählen.

Bei Fragen und Anregungen zögere nicht und kontaktiere uns per Mail unter [info@kaloa-poke.com](mailto:info@kaloa-poke.com)

# Nährwertangabe

## HOT TUNA

### Zutaten

Sushi-Reis 180g, Ahi-Tuna 50g mit Teriyaki-Marinade 10g, Guacamole 50g, Radieschen 20g, Wakame 40g, Tomätchen 30g, Cashewnüsse 20g, Schwarzer Sesam 2g, Nasty Chili 30g

	pro Bowl ca. 440 g
<b>Energie</b>   energy	639 kcal
<b>Fett</b>   fat	33,6 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   <i>thereof saturated fatty acids</i>	3,47 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	161,71 g
<b>davon Zucker</b>   <i>thereof sugar</i>	10,55 g
<b>Eiweiß</b>   protein	31,64 g
<b>Salz</b>   salt	3,74 g

### Allergen

Schwefeldioxid, Sojaerzeugnisse, Knoblauch, Senfsamen, Glutenhaltig



# Nährwertangabe

## SWEET SALMON

### Zutaten

Sushi-Reis 180g, Lachs 50g mit Soja-Limette-Marinade 10g, Rote Beete 50g, Gurke 70g, Mango 70g, Frühlingszwiebel 3g, Erdnüsse 20g, Granatapfel 10g, Lovely Sesame 30g

	pro Bowl ca. 453 g
<b>Energie</b>   energy	596 kcal
<b>Fett</b>   fat	23,22 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   <i>thereof saturated fatty acids</i>	3,71 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	166,65 g
<b>davon Zucker</b>   <i>thereof sugar</i>	24,34 g
<b>Eiweiß</b>   protein	32,68 g
<b>Salz</b>   salt	1,98 g

### Allergen

Glutenhaltig, Sojaerzeugnisse, Schalenfrüchte, Sesamsamen



# Nährwertangabe

## SOUL CHICKEN

### Zutaten

Sushi-Reis 180g, Chicken 80g mit Teriyaki-Marinade 10g, Edamame 40g, Karotte 30g, Ananas 60g, Gurke 70g, Schwarzer Sesam 2g, Kokosraspeln 2g, Dreamy Peanut 30g

	pro Bowl ca. 464 g
<b>Energie</b>   energy	524 kcal
<b>Fett</b>   fat	17,06 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	2,61 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	161,85 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	11,03 g
<b>Eiweiß</b>   protein	35,17 g
<b>Salz</b>   salt	2,04 g

### Allergen

Glutenhaltig, Schwefeldioxid, Sojaerzeugnisse, Knoblauch, Schalenfrüchte, Sesamsamen



# Nährwertangabe

## FRESH SHRIMP

### Zutaten

Sushi-Reis 180g, Shrimps 50g mit Soja-Limette-Marinade 10g, Rote Beete 50g, Gurke 70g, Mango 70g, Frühlingszwiebel 3g, Erdnüsse 20g, Kokosraspeln 10g, Heavenly Mango 30g

	pro Bowl ca. 475 g
<b>Energie</b>   energy	473 kcal
<b>Fett</b>   fat	14,49 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	3,12 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	161,34 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	18,56 g
<b>Eiweiß</b>   protein	25,90 g
<b>Salz</b>   salt	2,30 g

### Allergen

Glutenhaltig, Sojaerzeugnisse



# Nährwertangabe

## HAPPY TOFU

### Zutaten

Sushi-Reis 180g, Bio-Tofu 80g mit Thai-Mango-Marinade 10g,  
Edamame 40g, Guacamole 50g, Radieschen 20g, Tomätchen 30g,  
Chia-Samen 2g, Cashewnüsse 20g, Naughty Wasabi 30g

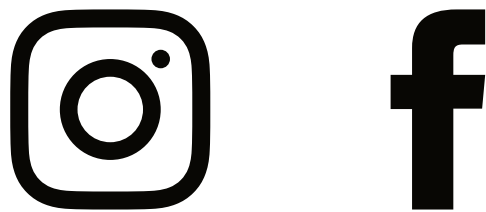
	pro Bowl ca. 450 g
<b>Energie</b>   energy	669 kcal
<b>Fett</b>   fat	38,87 g
<b>davon gesättigte Fettsäuren</b>   thereof saturated fatty acids	5,12 g
<b>Kohlenhydrate</b>   carbohydrates	161,91 g
<b>davon Zucker</b>   thereof sugar	9,18 g
<b>Eiweiß</b>   protein	36,20 g
<b>Salz</b>   salt	4,12 g

### Allergen

Glutenhaltig, Schwefeldioxid, Sellerie, Senfsamen



BESUCHE UNS AUF DEN  
SOZIALEN NETZWERKEN



SO RICHTIG GLÜCKLICH  
IST MAN DOCH ERST,  
WENN MAN SEIN GLÜCK  
MIT ANDEREN  
TEILEN KANN...

Alle Angaben ohne Gewähr.

KALOA Poké | Heiersstraße 33 | 33098 Paderborn  
05251 6941633 | [www.kaloa-poke.com](http://www.kaloa-poke.com) | [info@kaloa-poke.com](mailto:info@kaloa-poke.com)