

TABEL MET VOEDINGSWAARDEN VOOR O'TACOS PRODUCTEN

Datum van bijwerking : 14/01/2025

Versie : : 6 - BE - NL

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)
LTO-PRODUCT	RODEKOOL	106	25	0,1	0	4,9	4	0	1	0,33
LTO-PRODUCT	CHEESY ASIAN BALL	957	228	8,7	4,9	26,8	5,6	3,3	8,9	2,4
LTO-PRODUCT	SOJASAU HONING	784	184	0	0	44	38	X	2,3	2,8
LTO-PRODUCT	RANCH SAUS	1853	450	46	3,7	5,6	3,4	X	1,6	1,4
LTO-PRODUCT	CHEESY ROSTI RACLETTE	1009	241	13	3,3	24	1,1	2,9	5,7	1,9
LTO-PRODUCT	CACAO-HAZELNOOT GEVULDE DONUT	1747	418	21	5	49	28	3,3	6,5	0,58
LTO-PRODUCT	SCHERVEN VAN KITKAT	2064	493	23,9	14,1	62,5	47,3	2,5	5,4	0,18
LTO-PRODUCT	KIT KAT SAUS	2318	556	34	7,2	56	54	1	5,9	0,32
TORTILLA	TORTILLA	1277,5	303	7,5	3,3	51	2,7	X	7,5	2
KAASSAUS	KAASSAUS	759	183	16	10,7	5,5	3,2	X	4,3	0,9
FRIETJES	FRIETJES	570	135	3,3	0,4	22,8	0,5	1,8	2,8	0,5
GEFRITUURD VLEES	KIP CORDON BLEU	896,5	214,5	12,4	2,8	14,1	1,2	X	11,7	1,2
GEFRITUURD VLEES	KIP TENDERS	821	195,7	7,3	0,7	16,1	1,1	X	15,7	1,26
GEFRITUURD VLEES	SPICY KIP TENDERS	911	217	9,04	1,31	19,09	1,16	X	14,37	1,83
GEFRITUURD VLEES	KIP NUGGETS	820,3	196,5	11,5	2,5	10,4	0,8	X	12,4	1,1
GEFRITUURD VLEES	FALAFEL	664	158	2,2	0,3	24	2,6	6,5	7,2	1,86
GEFRITUURD VLEES	Gepaneerde plantaardige specialiteit	965	232	13	1,2	15	0,6	6,8	9,7	0,9
VLEES	RUNDERGEHAKT	1016,5	245	19,1	9	0,8	0,3	X	18,3	0,3
VLEES	KIP NATUR	510	120,3	3,6	1,4	2,5	0,8	X	19,3	1,2
VLEES	GEMARINEERDE KIP	678	161	8,4	2,8	5	1,2	X	15,6	1,3
VLEES	RUNDERMERCUEZ	918	221	17	7,3	3,2	0,5	1,1	15	1,9
VLEES	DUNNE PLAKJES KIP	431	102	1,43	0,3	1,98	0,59	X	20,46	1,1
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	2660	500	51	4,1	6,7	4,9	X	1,4	1,7
SAUS	HANNIBAL SAUS	2162	523	49,9	4	16,6	13,7	X	1	0,9
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	1243	298	23	9,1	1,3	0,5	X	21	1,4
SUPPLEMENT	SPEK VAN GEVOGELTE	899	217	16,9	4,6	0,1	0,1	X	16,6	2,6
SUPPLEMENT	CHEDDAR	1725	416	34,9	21,7	0,1	0,1	X	25,4	1,9

TABEL MET VOEDINGSWAARDEN VOOR O'TACOS PRODUCTEN

Datum van bijwerking : 14/01/2025

Versie : : 6 - BE - NL

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)
SUPPLEMENT	SAUCE CHEDDAR	584	140	8,65	6,43	11,7	5,44	X	3,73	2,42
SUPPLEMENT	LACHENDE KOE KAAS	903	218	17,5	11,5	4,5	4,5	0	10,5	1,7
SUPPLEMENT	BOURSIN KAAS	774	188	18,5	12,5	2	1	0,5	3	1,1
SUPPLEMENT	GEITENKAAS	1208	291	23	16	1	1	X	20	1,5
SUPPLEMENT	GOUDSE KAAS	1535	370	30	18,3	0,1	0,1	X	25	2
SUPPLEMENT	MOZZARELLA KAAS	1315	316	23	16	1,3	0,6	X	26	1,3
SUPPLEMENT	RACLETTE KAAS	1427	344	27	18	1,2	0,5	X	24	1,9
FRITUURPRODUCT	AARDAPPELGALETTE	698	167	7,3	0,8	22	0,3	2	2,2	0,8
FRITUURPRODUCT	JALAPENO CHEESE NUGGETS	1069	256	13,5	4,5	22,5	4,5	1	10,5	1,9
FRITUURPRODUCT	KAASRINGEN	1206	288	16	7,5	24	5	X	12	1,6
FRITUURPRODUCT	UIENRINGEN	847,3	202,5	8,4	1	26,1	3,6	2,7	3,6	0,75
SUPPLEMENT	PADDENSTOELEN	104	25	0,3	0	1,5	0,2	2,7	2,7	0,68
SUPPLEMENT	GEKARAMELISEERDE UIEN	125	30	0,5	0,1	4,9	4,9	1,8	1,2	0,01
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	269	64	3,6	2,2	4,8	4,8	0	3,2	0,11
DESSERT	IJS	628	149	5	3,6	23	19	0,4	2,8	0,35
DESSERT	GEWONE MILKSHAKE : MELK + IJS	481	114	3,9	2,66	17,2	17,2	<0,5	2,51	0,267
DESSERT	SLAGROOM	1439	348	32	23	13	13	0	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	577	35,9	16,8	53	43,9	X	8,5	0,33
DESSERT	KINDER SCHOKOBONS	2401	576	36,6	21,2	52,5	52,5	X	8,3	0,28
DESSERT	VANILLE OREO	1982	472	19	5,4	67	35	2,9	5,6	0,76
DESSERT	SMARTIES	2006	478	19,6	11,3	69,5	64,1	1	5,3	0,14
DESSERT	SPECULOOS	2032	484	19	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	KARAMEL DESSERTSAUS	1235	290	0	0	75	75	X	0	0
DESSERT	CHOCOLADE DESSERTSAUS	1205	285	2,5	1	65	55	X	2,5	0,15
DESSERT	BOSVRUCHTEN DESSERTSAUS	745	175	2,5	0,5	43	38	X	0	0,05
DESSERT	TIRAMISU MET PINDA'S	1372	330	23	15	26	24	0,7	4,3	0,11
DESSERT	TIRAMISU MET KARAMEL	1448	343	23	14	31	29	0,3	2,8	0,25
DESSERT	TIRAMISU CHOCOLADE HAZELNOOT	1418	340	23	12	29	25	0,5	4,1	0,17
DESSERT	CHOCOLADE HAZELNOOT COOKIE	1998	476	21	4,9	66	41	X	6,1	0,6
DESSERT	SUIKERDONUT	1715	411	24	11	41	14	2,1	7,4	1,1
DESSERT	CHOCOLADE HAZELNOOT DONUT	1960	470	30	13	42	23	2,4	6,9	0,8
DESSERT	SPECULOOS DONUT	1919	460	28	12	46	24	1,1	5,6	1
DESSERT	CHURROS	972	231	7,1	1,1	39	19	2,9	3,9	1,1
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

TABEL MET VOEDINGSWAARDEN VOOR O'TACOS PRODUCTEN

Datum van bijwerking : 14/01/2025

Versie : : 6 - BE - NL

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)
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 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	1,4	0,3	0	0	0	0	0	0	0,01
DRANK	MINERAALWATER CHRISTALINE 5L	0	0	0	0	0	0	0	0	0
DRANK	EMINERAALWATER CHRISTALINE 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	52	13	0	0	3	2,9	X	0	0
DRANK	VISSEN CRISTALINE	56	13	0	0	3,1	2,9	X	0	0
DRANK	FANTA ZWARTE BES	191	45	0	0	10,9	10,9	X	0	0
DRANK	FANTA CITROEN	137	32	0	0	7,8	7,8	X	0	0
DRANK	FANTA EXOTIC	112	26	0	0	6,4	6,4	0	0	0
DRANK	FANTA ORANJE	197	46	0	0	11,4	11,4	X	0	0,01
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	0,03
DRANK	FUZTEA PETILLANT CITRON THE NOIR	78	18	0	0	4,3	4,2	0	0	0,03
DRANK	FUZTEA MANGUE CHAMOMILLE	78	19	0	0	4,3	4,3	0	0	0,03
DRANK	MONSTER ENERGY	201	47	0	0	12	11	0	0	0,19
DRANK	MONSTER MANGO LOCO	203	48	0	0	12	11	0	0	0,05
DRANK	MONSTER PUNCH ROSE	153	36	0	0	9	8,5	0	0	0,04
DRANK	MONSTER ENERGY ULTRA	10	2	0	0	0,9	0	0	0	0,2
DRANK	NALU FRUITY ENERGIZER	80	20	0	0	4,7	4,7	0	0	0
DRANK	NALU EXOTIQUE	80	20	0	0	4,5	4,5	0	0	0
DRANK	TROPICO HET ORIGINEEL	129	30	0	0	7,2	7,2	0	0	0
DRANK	SPRITE	158	37	0	0	9	9	0	0	0,03
DRANK	HAWAI TROPICAL	157	37	0	0	9	8,5	0	0	0