



## FRoSTA CO<sub>2</sub>e Fußabdrücke

Stand: 26.10.2021

Alle Angaben beziehen sich auf 100 g des Produktes.

Artikelnr.	Produkt	Zutaten	Herstellung**	Handel	Kunde	Entsorgung	Gesamt
		in g	in g	in g	in g	in g	in g
F1044X	Gemüse Pfanne Rote Bete mit Süsskar 400g	61	13	13	79	-4	<b>162</b>
F1045X	Gemüse Pfanne mit Ki-Erb und Cranb 400g	98	13	13	80	-4	<b>200</b>
F1133XA	Blattspinat 400g	33	12	11	68	-2	<b>121</b>
F1150XA	Rahmspinat 500g	107	11	11	61	-2	<b>188</b>
F1232XA	Gemüsebeilage Süsskart.&gelb.Karott 300g	162	13	13	89	-6	<b>270</b>
F1239XA	Gemüsebeilage Spargel&gelb.Karotten 300g	175	13	13	89	-6	<b>284</b>
F1249X	Bio Junge Brechbohnen 400g Bioland	54	13	13	80	-4	<b>155</b>
F1254X	Gemüse Pfanne alla Toscana 480g	72	14	13	78	-5	<b>173</b>
F1255X	Gemüse Pfanne a la Provence 480g	66	15	13	77	-5	<b>166</b>
F1261X	Gemüse Mix Italienische Küche 600G	60	14	13	72	-2	<b>157</b>
F1342X	Gartenerbsen 400g	61	13	13	78	-4	<b>161</b>
F1349X	Bio Junge Erbsen 400g Bioland	61	13	13	91	-4	<b>174</b>
F1351X	Gemüse Pfanne Wok Mix 480g	53	23	13	80	-4	<b>165</b>
F1355X	Gemüse Pfanne Style Asia Curry 480g	75	38	13	77	-5	<b>198</b>
F1356X	Gemüse Pfanne all Italiana 480g	62	25	13	75	-4	<b>172</b>

F1357X	Gemüse Pfanne alla Mediterranea 480g	61	24	13	83	-6	<b>175</b>
F1361X	Gemüse Mix Asiatische Küche 600g	63	14	13	75	-2	<b>162</b>
F1430XA	Gemüsebeilage Rahm Karotten&Erbsen 300g	93	45	13	155	-12	<b>294</b>
F1431XA	Gemüsebeilage Buttergemüse 300g	260	12	13	84	-5	<b>365</b>
F1439X	Gemüsebeilage Rahm Königsgemüse 300g	105	45	13	143	-11	<b>295</b>
F1530XA	Gemüse Pfanne Falafeln Karotten 400g	48	13	13	83	-5	<b>152</b>
F1531XA	Gemüse Pfanne Süsskart. Sweet Chili 400g	49	13	13	80	-4	<b>150</b>
F1532XA	Gemüse Pfanne Blumenkohlraspeln 400g	88	13	13	79	-4	<b>189</b>
F1533XA	Gemüse Pfanne Zucchini Kichererbsen 400g	67	13	13	103	-9	<b>186</b>
F1534XA	Gemüse Pfanne mit Zuckerschoten 400g	68	13	13	78	-4	<b>167</b>
F1535XA	Gemüse Pfanne Spinat & Linsen 400g	98	13	13	78	-5	<b>197</b>
F1542X	Rosenkohl 400g	55	13	13	82	-5	<b>158</b>
F1624XA	Kräuter a la Provence 70g	72	12	13	56	-8	<b>145</b>
F1625XA	Gartenkräuter 90g	74	12	13	56	-8	<b>147</b>
F1627XA	Salatkräuter 90g	68	12	13	56	-8	<b>140</b>
F1631XA	Kräuter all Italiana 100g	69	12	13	56	-8	<b>141</b>
F1632XA	Suppengrün 120g	48	12	13	36	-5	<b>103</b>
F1634X	Erbsen und Karotten 450g	48	13	13	72	-4	<b>142</b>
F1635XA	8-Kräuter 115g	71	12	13	56	-7	<b>144</b>
F1641X	Gemüsebeilage Leipziger Allerlei 300g	262	12	13	84	-5	<b>366</b>
F1649X	Bio Sommergemüse 400g Bioland	49	13	13	86	-4	<b>157</b>
F1653X	Gemüse Pfanne Sommergarten 480g	161	26	13	73	-5	<b>268</b>

F1654X	Gemüse Pfanne Kartoffel Champignon 480g	126	14	11	67	-2	<b>216</b>
F1662X	Gemüse Mix Sommer Küche	53	15	13	72	-2	<b>151</b>
F1667X	Minestrone 600g	57	15	13	74	-2	<b>158</b>
F1731XA	Petersilie 90g	65	12	13	56	-9	<b>137</b>
F1736XA	Zwiebel Mix 100g	64	12	13	56	-6	<b>139</b>
F1754X	Gemüse Pfanne Curry Kokos 480g	67	31	13	84	-5	<b>190</b>
F1830XA	Schnittlauch 90g	109	12	13	56	-8	<b>182</b>
F1832XA	Knoblauch 100g	98	12	13	56	-6	<b>172</b>
F1834X	Brokkoliröschen 300g	99	13	13	94	-5	<b>213</b>
F1834XA	Bärlauch 60g	84	12	13	56	-10	<b>155</b>
F1835XA	Koriander 80g	76	12	13	56	-7	<b>149</b>
F1838XA	Basilikum 90g	46	12	13	56	-9	<b>118</b>
F1930XA	Dill 85g	105	12	13	56	-7	<b>179</b>
F2147X	Erdbeeren 450g	57	33	13	56	-3	<b>156</b>
F2247X	Himbeeren 400g	71	30	13	56	-4	<b>167</b>
F2347X	Beeren Früchte mit Sauerkirschen 450g	61	33	13	56	-3	<b>160</b>
F3054X	Chili con Quinoa 500g	75	35	13	84	-7	<b>199</b>
F3055X	Nasi Goreng 500g	186	12	13	76	-4	<b>283</b>
F3084X	Reis Hähnchen Pfanne 800g	211	14	13	69	-4	<b>303</b>
F3131X	Lasagne Bolognese 375g	331	28	12	118	-6	<b>483</b>
F3132X	Lasagne Grillgemüse 375g	140	27	12	118	-6	<b>292</b>
F3137X	Indonesia Hähnchen mit Basmati 375g	185	19	13	86	-6	<b>297</b>

F3138X	Thai Hähnchen mit Bandnudeln 375g	98	21	13	86	-6	<b>213</b>
F3245XA	Bratkartoffel Hähnchen Pfanne Vegan 450g	77	17	12	71	-3	<b>173</b>
F3257X	Bratkartoffel Hähnchen Pfanne 500g	141	19	12	70	-4	<b>238</b>
F3259X	Mexican Style Chicken 500g	173	14	13	74	-5	<b>270</b>
F3285X	Nudel Hähnchen Pfanne 800g	126	40	13	63	-4	<b>238</b>
F3341X	Mac & Cheese 375g	435	30	11	120	-4	<b>592</b>
F3351X	Penne Gorgonzola 500g	181	56	13	89	-4	<b>336</b>
F3354X	Bandn. Champ.-Steinp. 500g	116	41	11	66	-2	<b>232</b>
F3437X	Rahm Geschnetzeltes mit Spätzle 375g	182	37	13	82	-4	<b>311</b>
F3445XA	Hühner Frikassee Vegan 450g	111	30	12	67	-2	<b>218</b>
F3455X	Spätzle Pfanne 500g	128	19	13	76	-5	<b>232</b>
F3537X	Paprika Sahne Hähnchen 375g	171	43	13	86	-4	<b>310</b>
F3545XA	Bami Goreng Vegan 450g	73	18	12	71	-3	<b>171</b>
F3551X	Zwiebel Sahne Hähnchen 500g	191	44	13	95	-5	<b>338</b>
F3552X	Pappardelle Creme Spinaci 500g	127	54	13	74	-4	<b>264</b>
F3555X	Bami Goreng 500g	123	18	12	70	-4	<b>219</b>
F3559X	Hühner Frikassee 500g	174	28	12	78	-5	<b>287</b>
F3637XA	Zitronen Safran Hähnchen 375g	154	24	13	81	-3	<b>270</b>
F3640X	Hähnchen & Blumenkohlreis 400g	141	24	11	69	-3	<b>243</b>
F3641X	Wildlachs & Erbsenpasta MSC 400g	96	27	11	72	-3	<b>203</b>
F3642X	Linsencurry & Blumenkohlreis 400g	82	26	11	72	-3	<b>188</b>
F3645XA	Paella Vegan 450g	124	21	12	67	-2	<b>221</b>

F3655X	Hähnchen Paella 500g	189	24	12	68	-2	<b>290</b>
F3657XA	Paella MSC ASC 450g	208	17	13	79	-3	<b>314</b>
F3754X	Süßkartoffel Pfanne 500g	59	25	13	82	-6	<b>173</b>
F3757XA	Steakhouse Pfanne	241	19	13	85	-3	<b>355</b>
F3855X	Tortellini Tomaten - Sahne 500g	139	49	13	76	-5	<b>272</b>
F3856X	Tortellini Käse-Sahne 500g	214	56	13	79	-4	<b>358</b>
F3857X	Haehnchen Curry 500g	195	14	13	83	-6	<b>299</b>
F3858X	Indian Style Chicken 500g	168	53	13	102	-6	<b>331</b>
F3883X	Tortellini Rahmspinat 800g	151	58	13	63	-3	<b>282</b>
F3950XA	Wildlachs in Kräuterrahm MSC 450g	168	36	13	94	-5	<b>305</b>
F3955XA	Tagliatelle Wildlachs MSC 450g	124	44	13	116	-7	<b>289</b>
F3958X	Haehnchen Geschnetztes 500g	146	39	13	69	-4	<b>263</b>
F3959XA	Fettuccine Wildlachs MSC 450g	151	35	13	117	-7	<b>308</b>
F6133X	Backofen Fisch Knusprig Kross MSC 240g	193	21	13	173	-5	<b>395</b>
F6166X	Backofen Fisch Kernig Kross MSC 240g	184	42	20	186	-6	<b>427</b>
F6190X	Schlemmerfilet Knusper-Bordelaise MSC	346	14	13	137	-6	<b>505</b>
F6191X	Schlemmerfilet Knusper Spinat MSC	333	17	13	158	-6	<b>515</b>
F6234X	Pfannen Fisch Müllerin Art MSC 250g	213	13	13	83	-5	<b>317</b>
F6266X	Backofen Fisch Knusper Käse 240g MSC	242	48	21	188	-6	<b>492</b>
F6290X	Schlemmerfilet Brokkoli-Mandel MSC	286	14	13	158	-6	<b>465</b>
F6291X	Schlemmerfilet Käse Lauch MSC	309	17	13	165	-6	<b>498</b>
F6292X	Schlemmerfilet Knusper Käse MSC 360g	337	24	13	138	-6	<b>505</b>

F6334X	Seelachs Nordsee Küsten Filet MSC 200g	179	48	13	113	-13	<b>340</b>
F6390X	Schlemmerfilet Mediterraneo MSC	275	17	13	163	-7	<b>463</b>
F6621X	White Tiger Prawns 250g ASC	118	1	11	142	-1	<b>271</b>
F6661X	Marin. Fischfil. ZucchiniAuberg MSC 320g	190	41	11	62	-3	<b>301</b>
F6662X	Marin. Fischfil. PaprikaTomate MSC 320g	226	41	11	62	-3	<b>337</b>
F6663X	Marin. Fischfil. TomateSpinat MSC 320g	199	41	11	62	-3	<b>310</b>
F6690X	Schlemmerfilet Buntes Gemüse MSC	346	14	13	143	-6	<b>511</b>
F6790X	Schlemmerfilet Bordel. Rosm.-Zitr. MSC	345	14	13	147	-6	<b>514</b>
F6848X	15 Fischstäbchen MSC	173	20	13	104	-3	<b>307</b>
F6925X	Wildlachs Filets 250g MSC	180	17	11	93	-7	<b>294</b>
F6926X	Lachs Filets 250g ASC	258	12	11	317	-6	<b>592</b>
R1241AA	HFW GEM.PF. CUCINA ITALIANA 400G	61	13	13	88	-5	<b>170</b>
R1242AA	HFW GEM.PF. CUISINE FRANCAISE 400G	59	13	13	88	-5	<b>168</b>
R1243AA	HFW GEM.PF. ASIA KÜCHE CURRY 400G	73	13	13	78	-4	<b>172</b>
R1244AA	HFW GEM.PF. BUNTE LANDKÜCHE 400G	185	13	13	79	-4	<b>285</b>
R3534F	HFW Chicken Curry 375g	158	41	13	102	-8	<b>305</b>
R3538F	HFW Pfeffer Rahm Hähnchen 375g	186	40	13	100	-7	<b>332</b>
R3539F	HFW Pasta mit Gemüse mediterraner Art	106	34	13	87	-6	<b>234</b>
R3737F	HFW Hackbällchen Pfanne Spirelli 375g	492	38	13	100	-7	<b>636</b>