

Manti



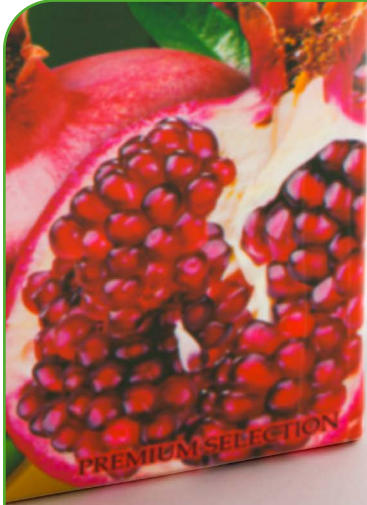
BA: 6 g; KH: 49 g

Bazlama



BA: 2 g; KH: 36 g

Sherbet



KH: 68 g; 320 kcal

Granatapfel



KH: 22,8 g; 94 kcal

Quitte



KH: 16 g; 49 kcal

Salep



KH: 24 g; 188 kcal

Pastirma



41 kcal; Fett: 0,4 g

Simit



BA: k.A.; KH: 27 g

Ayran



KH: 6 g; 92 kcal

Beyaz Penir



KH: 0,6 g; 92 kcal

Sucuk



99 kcal; Fett: 9 g

Datteln



KH: 18 g; 70 kcal

Naturjoghurt, stichfest 3,5 %



KH: 6 g; 105 kcal

Foto: Arnout van Son, © BLE; Quelle: lt. Herstellerangaben

© BLE/DGE 2021 | Ernährungstherapie bei Diabetes mellitus | Bestell-Nr. BZfE 0044, 400470 (DGE) | www.bzfe.de www.dge.de

Erişte



BA: k.A.; KH: 79 g

Foto: Arnout van Son, © BLE; Quelle: lt. Herstellerangaben

© BLE/DGE 2021 | Ernährungstherapie bei Diabetes mellitus | Bestell-Nr. BZfE 0044, 400470 (DGE) | www.bzfe.de www.dge.de

Mokka



Grünkern



BA: 8 g; KH: 58 g

Himbeeren



KH: 12 g; 43 Kcal