

Lebensmittel	Portionsgröße	Kalorien	BE
Appenzeller 15% F.i.T.	30 g	90 kcal	0 BE
Bergkäse 50% F.i.T.	30 g	120 kcal	0 BE
Butterkäse 50% F.i.T.	30 g	105 kcal	0 BE
Briekäse 45% F.i.T.	30 g	85 kcal	0 BE
Cottage Cheese 20% F.i.T.	100 g	100 kcal	0 BE
Camembert 40% F.i.T.	30 g	85 kcal	0 BE
Chester 50% F.i.T.	30 g	120 kcal	0 BE
Doppelrahm Frischkäse 60% F.i.T.	30 g	85 kcal	0 BE
Emmentaler 45% F.i.T.	30 g	115 kcal	0 BE
Edamer 40% F.i.T.	30 g	95 kcal	0 BE
Edelpilzkäse 70% F.i.T.	30 g	140 kcal	0 BE
Feta Käse 45% F.i.T.	30 g	70 kcal	0 BE
Geheimratskäse 45% F.i.T.	30 g	100 kcal	0 BE
Gorgonzola 50% F.i.T.	30 g	110 kcal	0 BE
Gouda 45% F.i.T.	30 g	110 kcal	0 BE
Klosterkäse 60% F.i.T.	30 g	115 kcal	0 BE
Leerdammer 45% F.i.T.	30 g	110 kcal	0 BE
Limburger 50% F.i.T.	30 g	95 kcal	0 BE
Mascarpone 50% F.i.T.	50 g	210 kcal	0 BE
Mozzarella 45% F.i.T.	50 g	115 kcal	0 BE
Parmesan 35% F.i.T.	30 g	110 kcal	0 BE
Ricotta 20% F.i.T.	30 g	55 kcal	0 BE
Raclettekäse 60% F.i.T.	30 g	130 kcal	0 BE
Romadur 40% F.i.T.	30 g	80 kcal	0 BE
Roquefort 50% F.i.T.	30 g	110 kcal	0 BE
Schafskäse 40% F.i.T.	100 g	150 kcal	0 BE
Schmelzkäse 60% F.i.T.	31,25 g	100 kcal	0 BE
Tilsiter 45% F.i.T.	30 g	105 kcal	0 BE