

# Subway® Allergieninformationen

	Eier	Fisch	Milch/Lactose	Erdnüsse	Sesam	Krustentiere	Soja	Nüsse	Glutenhaltiges Getreide	Sulfite	Sellerie	Senf	Lupine	Weichtiere
<b>Sandwiches* Weißbrot (Italian White) mit Salat, Tomaten, grünen Paprika, Gurken und roten Zwiebeln.</b>														
Chicken Breast							✓		W		✓			
Chicken Fajita (Hähnchenbrustfiletstreifen mit mexikanischer Würzmischung)							✓		W		✓			
Chicken Teriyaki (Hähnchenbrustfiletstreifen in Teriyaki-Marinade)				✓			✓		W		✓			
Ham (Kochschinken)							✓		W		✓			
Italian B.M.T.* (Kochschinken, Salami und Peperonisalami)							✓		W		✓	✓		
Pulled Pork							✓		W					
Philly Beef & Cheese (Rindfleischstreifen mit grünen Paprika und Zwiebeln zubereitet mit Schmelzkäse)			✓				✓		W, G		✓			
Turkey, Ham & Bacon Melt (mit Schmelzkäse)			✓				✓		W		✓			
Salami							✓		W		✓	✓		
BBQ Rib (Geformtes, gewürztes Schweinefleischprodukt aus 86% fein zerkleinertem Schweinefleisch mit BBQ-Soße)							✓		W		✓			
Tuna (Thunfischcreme mit Lite Mayonnaise) (35% Fett, 50% weniger als Mayonnaise)	✓	✓					✓		W		✓	✓		
Turkey (Truthahnbrust)							✓		W		✓			
Turkey & Ham (Kochschinken und Truthahnbrust)							✓		W		✓			
Veggie Delite®							✓		W		✓			
Veggie Patty (Gemüsebratling mit 31% Gemüseanteil)	✓		✓				✓		W		✓			
<b>Salate* mit Salat, Tomaten, grünen Paprika, Gurken und roten Zwiebeln</b>														
Chicken Breast											✓			
Chicken Fajita (Hähnchenbrustfiletstreifen mit mexikanischer Würzmischung)									W		✓			
Chicken Teriyaki (Hähnchenbrustfiletstreifen in Teriyaki-Marinade)				✓			✓		W		✓			
Ham (Kochschinken)											✓			
Italian B.M.T.* (Kochschinken, Salami und Peperonisalami)											✓	✓		
Pulled Pork														
Philly Beef & Cheese (Rindfleischstreifen mit grünen Paprika und Zwiebeln zubereitet mit Schmelzkäse)			✓				✓		G, W		✓			
Turkey, Ham & Bacon Melt (mit Schmelzkäse)			✓								✓			
Salami											✓	✓		
BBQ Rib (Geformtes, gewürztes Schweinefleischprodukt aus 86% fein zerkleinertem Schweinefleisch mit BBQ-Soße)											✓			
Tuna (Thunfischcreme mit Lite Mayonnaise) (35% Fett, 50% weniger als Mayonnaise)	✓	✓									✓	✓		
Turkey (Truthahnbrust)											✓			
Turkey & Ham (Kochschinken und Truthahnbrust)											✓			
Veggie Delite®											✓			
Veggie Patty (Gemüsebratling mit 31% Gemüseanteil)	✓		✓				✓		W		✓			
<b>Brot</b>														
Italian White (Weißbrot)									W					
Cheese Oregano (Weißbrot mit Käse-Oregano)	✓		✓						W					
Vollkornbrot (Weizenvollkornbrot mit Roggen und Saatenmischung)					✓				W, R					
Sesam (Weißbrot mit Sesamsamen)					✓				W					
Honey Oat (Vollkornbrot mit Honig und Haferflocken)									W, H, R, G					
Wraps									W					
<b>Fleisch, Geflügel, Meeresfrüchte, Eier und Gemüsebratling</b>														
Bacon (Speck)														
BBQ Rib (Hacksteak aus Schweinefleisch (86% Fleisch) mit BBQ-Soße)														
Chicken Breast/Strips (Hähnchenbrustfilets/-streifen)														
Chicken Teriyaki (Hähnchenbrustfiletstreifen in Teriyaki-Marinade)					✓				W					
Chicken Fajita (Hähnchenbrustfiletstreifen mit mexikanischer Würzmischung)									W					
Ham (Kochschinken)														
Peperonisalami														✓
Salami														✓
Philly Beef (Rindfleischstreifen mit grünen Paprika und Zwiebeln)									G, W		✓			
Thunfisch (mit Mayonnaise) (Nur 35% Fett 50% weniger Fett als Mayonnaise)			✓	✓										✓
Turkey (Truthahnbrust)														
Veggie Patty (Gemüsebratling mit 31% Gemüseanteil)			✓	✓					W		✓			
Eieromelett			✓	✓										
Pulled Pork														

	Eier	Fisch	Milch/Lactose	Erdnüsse	Sesam	Krustentiere	Soja	Nüsse	Glutenhaltiges Getreide	Sulfite	Sellerie	Senf	Lupine	Weichtiere
<b>Käse- und Gemüseprodukte</b>														
Schmelzkäse			✓											
Geraspelter Käse (Monterey Jack / Cheddar)			✓											
Frischkäse			✓											
Hartkäse gerieben	✓		✓											
Jalapeños											✓			
Oliven														
Gewürzgerurken														
Salat														✓
Frisches Gemüse - Tomaten, Gurken, grüne Paprika und rote Zwiebeln														
<b>Soßen und Gewürze</b>														
BBQ Soße														
Caesar Soße (Käse-Knoblauch-Sauce)		✓	✓				✓						W	
Chipotle Southwest Soße (Chili-Soße)		✓	✓											✓
Honey Mustard Soße (Honig-Senf-Soße)														✓
Lite Mayonnaise (nur 35% Fett, 50% weniger als Mayonnaise)		✓												✓
Sweet Onion Soße (Süße Zwiebelsoße)														✓
Teriyaki-Marinade					✓		✓						W	✓
Joghurt-Dressing	✓		✓											
Hot Sauce (Scharfe Chili-Sauce)														✓
Rotweinessig														
Olivenöl														
<b>Cookies**, Donuts und Muffins</b>														
Chocolate Chip		✓	✓				✓	**				W		
Chocolate Chip mit Rainbow Candy		✓	✓				✓	**				W		
Double Chocolate		✓	✓				✓	**				W		
Oatmeal Raisin		✓	✓					**				W, H		
Raspberry Cheesecake		✓	✓				✓	**				W		
White Chip Macadamia Nut		✓	✓				✓	**M				W		
Blueberry-Muffin (mit Heidelbeeren)		✓	✓				✓					W		
Schoko-Muffin		✓	✓				✓					W		
Schoko-Muffin mit Milka		✓	✓				✓				H	W		
Schoko-Donut		✓	✓				✓					W		
Donut mit knusprigem Karamell		✓	✓				✓					W		
Schoko-Donut mit Milka		✓	✓				✓				H	W		
<b>Verschiedenes</b>														
Getränke vom Dispenser														
Heiße Schokolade			✓											
Kaffee mit Milch			✓											

Nüsse umfassen: Mandeln - **Ma** Paranüsse - **P** Walnüsse - **Wi** Macadamianüsse - **M**  
 Pekannüsse - **Pe** Haselnüsse - **H** Pistazien - **Pi** Cashews - **C** Queenslandnüsse - **Q**  
 Wasserhastanien - **Wa**

Folgende Cerealien/Getreidesorten enthalten Gluten: **W** = Weizen, **R** = Roggen, **G** = Gerste, **H** = Hafer, **D** = Dinkel, **K** = Kamut (bzw. ihre Hybridformen)

▲ = Allergiker-Information für zusätzliche Soßen, Gewürze und Brotsorten sind in dieser Tabelle separat aufgeführt.

✓ = ENTHALTEN.

\*\*= Aufgrund der Art und Weise der Aufbewahrung können die Produkte mit Nüssen in Kontakt kommen.

Im normalen betrieblichen Umfeld kann nicht garantiert werden, dass die Zutaten von den Sandwiches und Salaten zu 100 % frei von Kreuzkontamination sind.

Nährwert- und Allergieinformationen sind zum Zeitpunkt des Drucks (März 2016) aktualisiert worden, es kann jedoch immer zu Änderungen kommen. Für aktuelle Informationen besuchen Sie [www.subway-sandwiches.de](http://www.subway-sandwiches.de) oder scannen Sie den QR-Code an der Thekenschleibe. Die Produktauswahl kann von Restaurant zu Restaurant variieren. Bitte fragen Sie den Sandwich Artist zu nicht aufgelisteten Produkten.

# Subway® Nährwertangaben

	Energie (kJ)		Energie (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
	pro 100g	pro 15cm	pro 100g	pro 15cm	pro 100g	pro 15cm	pro 100g	pro 15cm	pro 100g	pro 15cm	pro 100g	pro 15cm	pro 100g	pro 15cm	pro 100g	pro 15cm
<b>Subs</b>																
BBQ Rib (Geformtes, gewürztes Schweinefleischprodukt aus 86% fein zerkleinertem Schweinefleisch mit BBQ-Soße)	802	2103	192	503	7.8	20	3.0	7.8	22	57	7.4	19	8.3	22	0.82	2.1
Italian B.M.T.* (Kochschinken, Salami und Peperonisalami)	753	1649	180	394	7.2	16	3.1	6.7	19	41	3.1	6.7	9.9	22	1.2	2.6
Salami	729	1305	174	312	5.9	11	2.6	4.6	23	40	3.6	6.5	7.5	14	0.93	1.7
Pulled Pork	644	1496	154	358	3.2	7.3	1.2	2.7	22	50	6.2	15	9.6	22	0.88	2.1
Turkey, Ham & Bacon Melt (mit Schmelzkäse)	640	1549	153	370	4.4	11	2.1	5.2	17	41	3.0	7.2	11	27	1.1	2.8
Philly Beef & Cheese (Rindfleischstreifen mit grünen Paprika und Zwiebeln zubereitet mit Schmelzkäse)	619	1383	148	330	3.0	6.7	1.7	3.8	19	43	3.7	8.3	11	24	0.75	1.7
Tuna (Thunfischcreme mit Lite Mayonnaise) (35% Fett, 50% weniger als Mayonnaise)	648	1467	155	351	5.1	12	0.9	2.0	18	41	3.1	7.0	8.7	20	0.76	1.7
Veggie Patty (Gemüsebratling mit 31% Gemüseanteil)	653	1570	156	375	4.5	11	1.3	3.2	19	47	3.2	7.7	8.5	20	0.71	1.7
<b>Fettarme Subs</b>																
Chicken Fajita (Hähnchenbrustfiletstreifen mit mexikanischer Würzmischung)	556	1194	133	285	1.5	3.3	0.7	1.5	19	41	3.4	7.3	10	22	0.90	1.9
Chicken Breast (Hähnchenbrustfilet)	542	1140	130	273	1.2	2.6	0.6	1.4	21	44	3.0	6.4	10	22	0.70	1.5
Chicken Teriyaki (Hähnchenbrustfiletstreifen in Teriyaki-Marinade)	534	1247	128	298	1.5	3.4	0.6	1.5	19	44	4.1	9.6	9.3	22	1.1	2.5
Ham (Kochschinken)	563	1114	135	266	2.0	4.0	0.9	1.8	20	40	3.3	6.6	8.6	17	0.75	1.5
Turkey (Truthahnbrust)	544	1153	130	275	1.7	3.6	0.8	1.7	19	40	3.1	6.7	9.6	20	1	