

# McDonalds:

## Frühstück:

### Egg McMuffin

[Kalorien](#), [Joule](#), [Eiweiß](#), [Fett](#), [Kohlenhydrate](#)  
415kcal, 1734kJ, 24.8g, 22.2g, 29.0g

### McCroissant

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
307kcal, 1283kJ, 11.9g, 18.3g, 23.8g

### Sweet Breakfast

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
468kcal, 1952kJ, 8.4g, 27.9g, 45.7g

### California Bagel

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
422kcal, 1774kJ, 23.9g, 16.7g, 43.6g

### Philadelphia Bagel

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
506kcal, 2117kJ, 23.3g, 25.7g, 45.1g

## Sandwiches:

### Big Mac

[Kalorien](#), [Joule](#), [Eiweiß](#), [Fett](#), [Kohlenhydrate](#)  
505kcal, 2111kJ, 26.1g, 25.7g, 42.2g

### BigXtra!™ Barbecue

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
863kcal, 3606kJ, 50.4g, 47.9g, 57.3g

### Hamburger

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
254kcal, 1067kJ, 12.8g, 8.8g, 30.8g

### Cheeseburger

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
303kcal, 1271kJ, 15.8g, 12.6g, 31.5g

### Hamburger Royal TS

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
561kcal, 2342kJ, 28.8g, 34.2g, 34.5g

### McRib

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
476kcal, 1998kJ, 26.6g, 21.4g, 44.3g

### **Fischmäs**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
382kcal, 1599kJ, 14.3g, 19.8g, 36.7g

### **Chicken- und Gemüseprodukte:**

#### **Grilled Chicken™**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
402kcal, 1689kJ, 27.8g, 15.4g, 37.9g

#### **McChicken**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
459kcal, 1924kJ, 19.9g, 23.1g, 42.9g

#### **Chicken McNuggets**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
205kcal, 854kJ, 18.1g, 12.2g, 5.3g

#### **Gemüse Mäs**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
486kcal, 2034kJ, 9.3g, 24.9g, 56.3g

### **Salate und Kartoffeln:**

#### **Caesar'sChickenSalad**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
112kcal, 471kJ, 10.2g, 4.2g, 8.1g

#### **Chefsalat**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
149kcal, 621kJ, 14.4g, 8.6g, 3.3g

#### **Pommes frites**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
321kcal, 1344kJ, 3.3g, 16.6g, 39.7g

### **Desserts:**

#### **McFlurry m&m**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
--kcal, --kJ, --g, --g, --g

#### **McFlurry mini Smarties**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
351kcal, 1477kJ, 7.9g, 11.0g, 55.1g

**McFlurry Bounty**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
--kcal, --kJ, --g, --g, --g

**McFlurry Daim**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
--kcal, --kJ, --g, --g, --g

**Apfeltasche**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
220kcal, 920kJ, 2.2g, 12.0g, 25.8g

**Sundae Eis (mit Waffel)**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
153kcal, 644kJ, 5.1g, 3.4g, 25.4g

**Sundae Eis (mit Karamellsauce)**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
281kcal, 1185kJ, 5.9g, 5.8g, 51.3g

**Sundae Eis (mit Schokosauce)**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
279kcal, 1173kJ, 6.2g, 8.4g, 44.5g

**Sundae Eis (mit Erdbeersauce)**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
225kcal, 950kJ, 5.3g, 4.0g, 42.0g

**Getränke:****Orangensaftgetränk**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
102kcal, 434kJ, 1.5g, 0.1g, 23.8g

**Heißes Kakaogetränk**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
136kcal, 574kJ, 1.39g, 4.8g, 21.8g

**Milchshake Erdbeere**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
290kcal, 1223kJ, 9.6g, 7.6g, 45.8g

**Milchshake Schoko**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
304kcal, 1282kJ, 10.2g, 7.9g, 48.0g

**Milchshake Vanille**

Kalorien, Joule, Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate  
293kcal, 1236kJ, 9.6g, 7.6g, 46.5g