

Spis chokolade for 100 kcal



Har du lyst til chokolade? Vælg én af følgende muligheder:

Chokolade	Kcal ca.
1 stk Kinder Æg Surprise	110
3 'breve' After Eight Chocolate Thins	102
2 stk Spangsberg Minthæle	94
2 stk Spangsberg Nougathæle	98
2 stk Spangsberg Romhæle	90
5 stk Toms Guld Karameller	105
6 stk Toms Kringler Mælkechokolade	102
6 stk Toms Kringler Mørk Chokolade	96
10 stk Toms Orangegrene Mørk Chokolade	100
2 stk Anthon Berg Mini Marzipanbrød	98
½ pakke KitKat bar	109
1 stk Spangsberg Flødebolle Hindbær Lakrids	106
½ Anthon Berg Cognac Marzipan Bar	100
½ Anthon Berg Marzipan Bar	104
½ Anthon Berg Nougat Marzipan Bar	106
½ Anthon Berg Single Malt Whisky Marzipan Bar	97

Godt at vide, når du får tilbudt chokolade

1 stk dessertchokolade med f.eks. mint, romcreme eller spiritusfyld, vejer typisk omkring 12g. Med et gennemsnitligt kalorieindhold på omkring 450-500 kcal per 100g for denne type chokolade, betyder det, at du kan spise to stykker dessertchokolade, uden at det vælter kaloriregnskabet.