POMMES FREUNDE

Pommes Freunde Nährwerttabelle

Stand: Oktober 2026

	Produkt		Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
			pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
Burger	Hamburger	Beef	1403	2918	335	697	23,0	48,0	6,2	13,0	20,0	42,0	3,7	7,6	12,0	24,0	1,0	2,0
	Cheese Burger	Beef	1404	3257	336	778	23,0	54,0	7,4	17,0	18,0	42,0	3,6	8,4	12,0	29,0	1,3	2,9
	Double Cheese Burger	Beef	1404	3427	336	819	24,0	57,0	7,9	19,0	18,0	43,0	3,6	8,7	13,0	31,0	1,4	3,4
	Triple Cheese Burger	Beef	1328	6057	317	1448	24,0	111,0	9,5	43,0	9,6	44,0	2,0	9,6	15,0	67,0	1,2	5,5
	Chili Cheese Burger	Beef	1136	2964	271	709	17,0	43,0	7,4	19,0	17,0	44,0	3,6	9,4	12,0	31,0	1,4	3,7
	Bacon Cheese Burger	Beef	1364	3436	326	821	23,0	60,7	7,4	19,0	17,0	44,0	3,7	9,3	12,0	31,0	1,4	3,4
		Halal Beef	1339	3744	320	895	22,0	63,0	7,4	21,0	16,0	44,0	3,4	9,5	13,0	37,0	1,3	3,6
	Double Bacon Cheese Burger	Beef	1333	4826	319	1153	24,0	85,0	8,6	31,0	12,0	44,0	2,6	9,4	14,0	51,0	1,3	4,6
		Halal Beef	1309	5130	313	1226	23,0	91,0	8,4	33,0	11,0	44,0	2,5	9,7	14,0	56,0	1,2	4,7
	Grilled Chicken Burger	Chicken	778	1852	186	443	7,4	18,0	0,9	2,2	18,0	43,0	3,3	7,8	11,0	27,0	1,3	3,1
	Chicken Bacon Cheese Burger*	Chicken	1153	3080	276	736	16,0	43,0	3,6	9,6	22,0	58,0	3,7	10,0	10,0	28,0	1,4	3,7
		Halal Chicken	1150	3387	275	810	16,0	48,0	3,9	12,0	20,0	58,0	3,4	10,0	11,0	33,0	1,3	3,9
	Chicken Chili Cheese Burger*	Chicken	1039	2608	248	623	12,0	29,0	4,1	10,0	23,0	59,0	4,0	10,0	11,0	27,0	1,6	3,9
	Crispy Chicken Burger*	Chicken	1190	2831	284	677	16,0	39,0	1,8	4,4	24,0	58,0	3,5	8,3	9,2	22,0	1,0	2,4
	Vegan Chicken Burger	Vegan	1226	3163	293	756	18,0	48,0	2,0	5,2	23,0	59,0	4,0	10,0	7,4	19,0	1,1	2,7
	Veggie Chicken Burger	Veggie	1192	3123	285	3123	17,0	54,0	3,1	8,2	22,0	57,0	3,7	9,8	9,0	23,0	1,3	3,5

* Aktionsprodukte in ausgwählten Stores verfügbar

** verfügbar in Aschaffenburg, Frankfurt am Main, Mainz, Montabour, Viernheim

POMMES FREUNDE

Pommes Freunde Nährwerttabelle

Stand: Oktober 2026

	Produkt		Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
			pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
Brat- und Currywurst mit Pomes	Bratwurst mit Pommes	Rot	1458	1531	349	366	32,0	34,0	7,9	8,2	1,0	1,1	0,8	0,8	12,0	13,0	2,8	2,9
		Weiß	1380	2277	330	544	29,0	48,0	3,3	5,4	8,5	14,0	6,2	10,0	8,8	15,0	2,4	4,0
		Halal Geflügel	939	1785	225	427	16,1	30,7	5,3	10,1	11,5	21,9	9,8	18,6	7,9	15,0	2,5	4,7
		Halal Rind **	954	1813	229	436	16,7	31,7	5,3	31,7	11,4	21,6	9,6	18,3	7,9	15,0	2,0	3,9
		Vegan	1338	2409	320	576	27,0	49,0	2,9	5,2	10,0	19,0	5,5	10,0	7,5	14,0	1,8	3,2
		Käsegriller	1129	2201	270	526	22,0	44,0	1,2	2,3	5,8	11,0	4,8	9,4	12,0	23,0	2,2	4,3
	Currywurst mit Pommes	Rot	1031	1948	246	446	18,0	35,0	4,5	8,4	11,0	22,0	9,7	18,0	7,5	14,0	2,2	4,2
		Weiß	988	1847	236	442	17,0	32,0	2,3	4,2	12,0	23,0	9,7	18,0	8,0	15,0	2,2	4,2
		Halal Geflügel	1068	4390	255	1049	15,8	64,9	3,7	15,1	22,2	91,1	7,2	29,4	5,2	21,3	1,7	7,2
		Halal Rind **	1075	4418	258	1058	16,0	65,9	3,7	15,1	22,1	90,8	7,1	29,1	5,2	21,3	1,6	6,4
		Vegan	789	1475	189	353	10,0	20,0	1,6	3,0	15,0	28,0	9,6	18,0	7,5	14,0	1,8	3,4
		Käsegriller	817	1772	195	424	13,0	28,0	0,5	1,1	9,4	20,0	8,0	17,0	11,0	23,0	2,1	4,5
	Double Currywurst mit Pommes	Rot	1026	3837	245	917	18,0	69,0	4,5	17,0	11,0	42,0	9,5	35,0	7,5	28,0	2,2	8,2
		Weiß	988	3695	236	883	17,0	63,0	2,3	8,5	12,0	46,0	9,7	36,0	8,0	30,0	2,2	8,4
		Halal Geflügel	1006	4357	241	1045	15,0	65,1	3,5	15,1	20,8	90,1	6,4	27,8	4,9	21,0	1,7	7,3
		Halal Rind **	1013	4385	243	1054	15,3	66,1	3,5	15,1	20,7	89,8	6,3	27,5	4,9	21,0	1,5	6,5
		Vegan	789	2950	189	705	10,0	39,0	1,6	6,1	15,0	55,0	9,6	36,0	7,5	28,0	1,8	6,8
		Käsegriller	817	3544	195	847	13,0	55,0	0,5	2,2	9,4	41,0	8,0	35,0	11,0	46,0	2,1	8,9
	Extra Bratwurst	Rot	1458	1531	349	366	32,0	34,0	7,9	8,2	1,0	1,1	0,8	0,8	12,0	13,0	2,8	2,9
		Weiß	1390	1460	332	349	30,0	31,0	4,0	4,2	3,2	3,4	1,2	1,3	13,0	14,0	2,9	3,0
		Halal Geflügel	995	4139	238	991	14,1	58,5	3,5	14,5	21,9	91,0	7,1	29,4	5,0	21,0	1,7	7,1
		Halal Rind **	1034	4302	248	1031	14,6	60,9	3,6	15,0	22,5	93,6	7,6	31,6	5,3	22,2	1,6	6,7
		Vegan	1036	1088	248	260	18,0	19,0	2,8	3,0	7,5	7,9	1,0	1,1	12,0	13,0	2,1	2,2
		Käsegriller	1026	1385	331	245	20,0	27,0	0,7	1,0	0,5	0,7	0,4	0,5	16,0	22,0	2,4	3,2

* Aktionsprodukte in ausgwählten Stores verfügbar

** verfügbar in Aschaffenburg, Frankfurt am Main, Mainz, Montabour, Viernheim

POMMES FREUNDE

Pommes Freunde Nährwerttabelle

Stand: Oktober 2026

	Produkt		Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
			pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
Pommes	Dünne Freunde	Klein	999	2697	239	645	16,0	44,0	2,8	7,4	20,0	54,0	4,0	11,0	1,7	4,7	1,2	3,3
		Normal	1021	3411	244	815	17,0	57,0	2,8	9,2	20,0	66,0	4,2	14,0	1,7	5,7	1,4	4,7
	Dicke Freunde	Klein	906	2780	216	665	14,0	42,0	2,0	6,2	20,0	62,0	3,6	11,0	2,0	6,2	1,1	3,2
		Normal	947	3402	226	813	15,0	54,0	2,1	7,4	20,0	71,0	2,1	7,4	1,9	7,0	1,3	4,6
	Süßkartoffel Freunde	Klein	1095	2957	262	707	19,0	51,0	1,6	4,4	20,0	54,0	10,0	27,0	1,2	3,4	1,4	3,8
		Normal	1114	3722	266	889	19,0	65,0	1,7	5,6	20,0	66,0	10,0	34,0	1,2	4,1	1,6	5,3
	Loaded Fries Chili Cheese																	
	mit dünnen Freunden		837	2250	200	538	12,0	33,0	3,6	9,6	18,0	48,0	1,6	4,4	2,5	6,8	1,3	3,4
	mit dicken Freunden		763	2321	555	182	10,0	31,0	2,7	8,2	18,0	55,0	1,6	4,8	2,7	8,3	1,1	3,4
	mit Süßkartoffel Freunden		934	2513	223	601	15,0	40,0	2,4	6,5	18,0	48,0	7,9	21,0	2,0	5,5	1,5	4,0
	Loaded Fries Guacamole																	
	mit dünnen Freunden		765	2302	183	550	12,0	36,0	2,4	7,4	16,0	48,0	1,3	3,9	2,2	6,7	1,0	2,9
	mit dicken Freunden		706	2373	169	567	10,0	34,0	1,8	6,0	16,0	55,0	1,3	4,2	2,4	8,1	0,9	2,9
	mit Süßkartoffel Freunden		855	2565	204	613	14,0	43,0	1,4	4,3	16,0	48,0	6,9	21,0	1,8	5,3	1,2	3,5
Snacks	Chicken Filet Bites	3 Stück	1054	949	252	227	14,0	13,0	1,2	1,1	17,0	15,0	1,9	1,7	14,0	13,0	1,7	1,5
		4 Stück	1205	1542	288	369	19,0	24,0	1,5	2,0	16,0	20,0	1,8	2,3	13,0	17,0	1,6	2,0
		6 Stück	1205	2314	288	553	19,0	36,0	1,5	2,9	16,0	31,0	1,8	3,4	13,0	25,0	1,6	3,1
	Plant Based Nuggets	6 Stück	1399	1847	334	441	24,0	31,0	2,4	3,2	15,0	20,0	1,1	1,4	13,0	17,0	1,5	1,9
		9 Stück	1399	2770	334	662	24,0	47,0	2,4	4,8	15,0	31,0	1,1	2,2	13,0	25,0	1,5	2,9
	Chili Nuggets	6 Stück	1315	1736	314	415	22,0	29,0	9,3	12,0	26,0	35,0	3,2	4,2	2,3	3,0	1,5	2,0
		9 Stück	1326	2639	317	631	22,0	44,0	9,3	18,0	26,0	52,0	3,2	6,3	2,3	4,5	1,5	3,1
	Kids Box		582	2012	139	481	11,0	38,0	0,9	3,3	7,1	24,0	3,6	13,0	2,6	9,1	0,7	2,3

* Aktionsprodukte in ausgwählten Stores verfügbar

** verfügbar in Aschaffenburg, Frankfurt am Main, Mainz, Montabour, Viernheim

Pommes Freunde Nährwerttabelle

Stand: Oktober 2026

	Produkt		Brennwert (kJ)		Brennwert (kcal)		Fett (g)		davon gesättigte Fettsäuren (g)		Kohlenhydrate (g)		davon Zucker (g)		Eiweiß (g)		Salz (g)	
			pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion	pro 100 g/ml	pro Portion
kostenlose Saucen	Freunde Ketchup		372		89		0,5		0,1		19,0		15,0		1,6		1,7	
	Freunde Mayo		2054		491		50,0		3,6		8,9		5,8		0,3		1,6	
	Jamaica BBQ		556		133		0,2		0,0		30,1		26,0		0,4		2,8	
	Freunde Spezial		1653		395		37,0		2,8		15,0		13,0		0,7		1,7	
Premium Saucen	Cheese Sauce	heiß	967	870	231	208	17,0	15,0	11,0	9,8	4,5	4,0	3,5	3,1	6,4	5,8	2,7	2,4
	Currysauce	heiß	448	246	107	59	0,3	0,2	0,0	0,0	24,0	13,0	20,0	11,0	0,9	0,5	1,4	0,8
	Guacamole	kalt	753	414	180	99	17,0	9,3	2,7	1,5	8,4	4,6	2,3	1,3	1,7	0,9	1,1	0,6
	Knoblauch Mayo	kalt	1937	1065	463	255	48,0	26,0	3,9	2,1	7,2	4,0	4,2	2,3	1,2	0,7	1,8	1,0
	Sour Cream	kalt	690	380	165	91	12,0	6,3	0,9	0,5	6,0	3,3	5,7	3,1	9,3	5,1	1,4	0,8
	Spicy Mayo	kalt	1665	916	398	219	35,0	19,0	2,5	1,4	18,0	10,0	16,0	8,6	0,6	0,3	2,1	1,2
Dessert	Cookies	Red Velvet	2008	1446	480	346	24,0	17,0	12,0	8,6	61,0	44,0	37,0	27,0	5,2	3,7	0,8	0,6
		Tripple Chocolate	2013	1449	481	346	24,0	17,0	13,0	9,4	42,0	30,0	42,0	30,0	5,0	3,6	0,7	0,5
	Churros	Zimt & Zucker	673	787	161	188	0,5	0,6	0,0	0,0	34,0	40,0	5,7	6,7	4,0	4,7	0,8	1,0
		Bueno Sauce	976	1435	233	343	5,9	8,6	1,5	2,1	40,0	59,0	16,0	24,0	4,2	6,2	0,7	1,1
		KitKat Sauce	1010	1485	241	355	7,3	11,0	1,5	2,2	39,0	57,0	16,0	23,0	4,4	6,4	0,7	1,1
		Pistaziencreme	883	1184	211	283	4,8	6,4	0,7	0,9	36,0	49,0	11,0	15,0	4,4	6,0	0,8	1,0
Mac & Cheese	Mac & Cheese Beef Burger*	Beef	1236	3793	295	907	19,0	60,0	6,7	21,0	18,0	55,0	3,6	11,0	11,0	34,0	1,2	3,6
	Mac & Cheese Crispy Chicken Burger*	Chicken	1151	3534	275	845	15,0	47,0	3,9	12,0	23,0	72,0	3,9	12,0	10,0	32,0	1,3	4,0
	Mac & Cheese Grilled Chicken Burger*	Chicken	1001	3074	239	735	13,0	39,0	3,5	11,0	18,0	56,0	3,7	11,0	12,0	37,0	1,5	4,7
	Mac & Cheese Crispy Chicken Bowl*	Chicken	721	3211	172	767	8,6	38,0	3,3	15,0	15,0	65,0	2,0	8,9	8,3	37,0	1,1	4,8
	Mac & Cheese Grilled Chicken Bowl*	Chicken	617	2751	148	657	6,8	30,0	3,0	14,0	11,0	50,0	1,9	8,4	9,5	42,0	1,2	5,5
	Mac & Cheese (Side)*	Veggie	657	1019	157	244	7,1	11,0	4,2	6,5	15,0	23,0	1,5	2,4	7,3	11,0	1,0	1,5

* Aktionsprodukte in ausgwählten Stores verfügbar

** verfügbar in Aschaffenburg, Frankfurt am Main, Mainz, Montabour, Viernheim