

# MHD-Übersicht

28.08.2024

Artikel	Produkt-Name	MHD Egle
<b>Fett- und cholesterinbewusste Ernährung</b>		
Öl	Distelöl	> 8
	Brat- und Frittieröl	> 12
	Bratöl mit Buttergeschmack	> 6
	Bratöl mit Olivengeschmack	> 6
	Backöle (Mandel-, Vanille-, Zitronengeschmack)	> 6
	Salat- und Rohkostöl, nussig	> 8
	Salat- und Rohkostöl, fruchtig	> 6
	Natives Olivenöl extra vergine (aus Spanien)	> 8
	Olivenöl Feine Küche	> 10
	Balance-3-Öle (klassik und Zitrone)	> 6
	Kernöle Sonnenblume & Raps	> 6
	Gourmetöle (alle Sorten)	> 5
Fisch	Thunfisch hell+weiß (in Öl/ naturell), Makrele	> 24
	Sardinen	> 24
	Hering in Soße (Tomate, Curry, Senf), Lachsfilets	> 12
	Brathering, Fischpasteten, Bückling, geräucherte Makrele	> 12
	Meeresfrüchte-Mix	> 12
	Fischsuppen/ -zubereitungen/ -salate	> 4
	Hering in Aspik	> 6
Suppen & Soßen	Delikatess-Suppe	> 10
	Gemüsebrühe	> 6
	Klare Brühe & Würze	> 6
	Salzarme Bouillon	> 6
	Tomatensuppe/-soße, Helle Soße, Braune Soße	> 5
	Vegetarische Bolognese, Sauce à la Hollandaise	> 6
	Vegane Brühe Typ Huhn, Zwiebelsuppe	> 4
Nudelsonnen	Arrabbiata und Toskana	> 6
Fertiggerichte, trocken	Steinpilzrisotto, Bulgurpfanne	> 6
	Burger- & Falafel-Mix, Pancake-Mix	> 4
	Vegetarisches Hack	> 4
Wurst	Puten-/Rindfleisch-Wurst, Leberkäse	> 12
	Münchener Weißwurst	> 8 Wochen
Brotaufstriche herzhaft	Pasteten, Pflanzliches Schmalz	> 6
	Streichcremes	> 6
	Linsenaufstriche	> 4
	vegane Streichwurst	> 4
Salatdressings	Balsamico, Gartenkräuter, Honig-Senf	> 3
Nudeln	semifrische Pasta	> 4
	Buchstaben-Suppennudeln	> 12
Backerbsen	Dinkel-Backerbsen	> 4
	Knabberbackerbsen	> 5
Knabberartikel, salzig	Dinkel-Parmesan-Gebäck	> 4
	Knabbermix mediterran	> 4
	Sesamgrissini	> 4

Anmerkung: sofern nicht anders angegeben, sind die MHD-Angaben in Monaten

## MHD-Übersicht

Artikel	Produkt-Name	MHD Egle
<b>Fett- und cholesterinbewusste Ernährung</b>		
Fertiggerichte, nass	Chili con Carne	> 8
	Erbseneintopf	> 8
	Gulasch-Suppe	> 8
	Hackbällchen in Tomaten-Kräuter-Sauce	> 8
	Hirsch-Gulasch	> 8
	Hühnerfrikassee	> 4
	Hühnersuppe	> 4
	Kartoffeleintopf	> 8
	Königsberger Klopse	> 8
	Linseneintopf	> 8
	Putencurry süß-sauer	> 8
	Ravioli in Bolognesesauce	> 8
	Rehragout	> 8
	Rinder-Bolognese	> 8
	Rinderbraten, Sauerbraten, Rinderbraten Meerrettich	> 6
	Rinder-Geschnetzeltes Stroganoff	> 4
	Rinderroulade	> 8
	Rindfleisch-Geschnetzeltes	> 8
	Rindfleisch-Gulasch	> 8
	Schaschliktopf mit Rind	> 8
	Schwäbische Maultaschen in Brühe	> 6
<b>Auf Süßes nicht verzichten</b>		
Kuchen	Mandelhörnchen, Baumkuchenschnitten	> 4 Wochen
	Wiener Kaffeehauschnitte	> 4 Wochen
	Hefeteig-Backmischung	> 4
Kekse, Waffeln	Vollkorn Meisterkekse	> 5
	Amaretti, Cantuccini, Spritzgebäck	> 4
	Müslikeks, Nervenkekse	> 4
	Haselnuss-Waffeln, Kokos-Waffeln, Knusperwaffeln	> 4
	Zwieback	> 6
Schokolade	Schokoblättchen Cappuccino, Zartbitter-Pfefferminz	> 5
	Schokoriegel Beere	> 4
	Kaffeebohnen in Zartbitterschokolade	> 6
Früchte / Nüsse	Trockenfrüchte in Schokolade	> 4
	Datteln in Schokolade	> 4
	Nussleckerbissen in Schokolade	> 4
	Ingwer in Zartbitterschokolade	> 4
	Ingwerstäbchen kandiert (ohne Schokolade)	> 4
	Erdbeeren in Vollmilchschokolade	> 4
	Himbeeren in Beerenschokolade	> 4
	Kürbiskerne, Amarenakirschen in Zartbitterschokolade	> 4
	Mandeln in Zitronenschokolade	> 4
Riegel	Vollkorn Müsli-Riegel	> 4
	Erdnuss-Mandel-, Sesam-, Nuss-Cranberry-Riegel	> 4
	Pausenriegel Mango	> 3
Cerealien	Müslis (alle Sorten)	> 4
	Frühstücksbrei	> 4
	Haferkleie	> 8

Anmerkung: sofern nicht anders angegeben, sind die MHD-Angaben in Monaten

## MHD-Übersicht

Artikel	Produkt-Name	MHD Egle
<b>Auf Süßes nicht verzichten</b>		
Fruchtgummi	Fruchtbärchen, Saure Stäbchen, Fruchtsofties	> 4
Bonbons	Ingwerbonbons	> 6
Agaven-Dicksaft		> 12
Brotaufstriche, süß	Edel-Frucht (alle Sorten)	> 5
	Wildpreiselbeeren	> 5
	Honige (Blüten-, Wald-, Sommerblüten-)	> 12
	Rapshonig, Akazienhonig	> 6
	Nuss-Nougat-Creme	> 4
<b>Wertvolle Alternativen und Bio-Spezialitäten</b>		
Brot	Haferbrot / Brotkörbchen / Gewürzbrot / Saatenbrot	> 3
	Knusperbrot	> 6
	Brotbackmischung nach Hildegard von Bingen	> 4
Heißgetränke	Getreide-Kaffee	> 12
	Primerio, Intenso, entkoffeiniert (alle Sorten)	> 6
	Cappuccino	> 5
	Trinkschokolade	> 5
	Tee (Früchte, Kräuter, Weiß-Grüntee)	> 12
Haferdrink		> 4
Essig	Balsam-Essig	> 12
	Bianco-Essig	> 4
	Apfel-Balsamessig	> 4
Gewürze	Salatkräuter-Mischung, Suppengrün, Zwiebeln	> 12
	Kräutersalz	> 8
	Salatfix Gartenkräuter	> 6
	Schweizer Gewürzmischungen (alle Sorten)	> 12
	Innere Ruhe	> 10
	Kartoffel-, Bärlauchgewürz, Hildegardkräuter	> 5
Wein, Sekt	alle Sorten	12
<b>Sinnvolle Stärkungen</b>		
Pur aus der Natur	Gelée Royale ohne Alkohol	> 12
	Gelée Royale in Honigwein	> 10
	Artischocken-Ampullen	> 12
	Gute Nacht Trunk	> 8
	Omega-3-Fischölkapseln	> 8
	Magnesium-Täfelchen	> 5
	Honigsirup	> 4
	Propolis in Honig	> 4
	Manukahonig-Halsbonbons	> 6
	Propolis-Salbei-Lutschtabletten	> 4
	Ölkapseln (Mariendistel-, Lein-, Schwarzkümmel-)	> 4
Säfte/ Getränke	Granatapfel-/ Cranberry-/ Holunder-Direktsaft	> 6
	Multi-Säfte (A+C, Eisen)	> 10
	Sanddorn-Orange	> 10
	Kalium-Kick, Fitness-Gemüse-Kick, Kombucha	> 6
	Ingwer-Kick, Darmwohl-Saft	> 4
	Goldene Milch	> 12
Figur-Balance	Gemüsesuppe, Kartoffelsuppe, Frucht-Drink	> 4
Liköre	Kräuterlikör, Schlehenlikör	unbegrenzt

Anmerkung: sofern nicht anders angegeben, sind die MHD-Angaben in Monaten

## MHD-Übersicht

Artikel	Produkt-Name	MHD Egle
<b>Winter- und Weihnachtsprodukte</b>		
Gebäck, Pralinen	alle Sorten (außer den nachfolgenden)	> 3
	Lebkuchen mit Kirschwasser	> 2
	Früchtebrot	> 4 Wochen
Getränke	Glühwein rot und weiß	> 1 Jahr
	Früchtepunsch	> 6