

# FERTIGGERICHTE 2022

Die große Analyse von **50 Anbietern** in Deutschland

## Inhaltsverzeichnis

Die Übersicht & Die Zusammenfassung

KAPITEL 1

Die Anbieter

KAPITEL 2

Die Preise

KAPITEL 3

Die Gerichte

KAPITEL 4

Über Foodboxguide.de

KAPITEL 5



# DIE ÜBERSICHT & DIE ZUSAMMENFASSUNG

## Die Übersicht - Deskriptive Zahlen



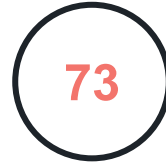
### ANBIETER

In die Analyse sind 50 Anbieter von Fertiggerichten eingeflossen



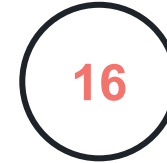
### FERTIGGERICHTE

In die Analyse sind 1276 einzelne Fertiggerichte eingeflossen



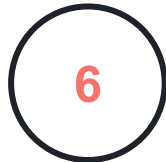
### GERICHTE-GRUPPEN

In die Analyse wurden alle Gerichte in 73 Gerichtegruppen kategorisiert



### FLEISCH-KATEGORIEN

In die Analyse wurde jedem Gericht eine von 16 identifizierten Fleischsorten (+kein Fleisch & Fisch) zugewiesen



### VERPACKUNGS-ARTEN

In die Analyse wurde jedem Gericht eine von 6 verschiedenen Verpackungsarten zugewiesen



### ZUBEREITUNGS-ARTEN

In die Analyse wurde jedem Gericht eine von 5 verschiedenen Zubereitungsarten zugewiesen



### ATTRIBUTE / DIÄTEN

In die Analyse wurde jedem Gericht eine von 12 verschiedenen Attributen zugewiesen

## Die Zusammenfassung

Im **Durchschnitt 26 Gerichte**, im Median 12 Gerichte pro Anbieter

**80%** haben **Fleischgerichte** oder **vegetarische Gerichte** im Angebot, **65%** haben vegane Gerichte im Angebot

**Rind & Huhn** die **häufigsten Fleischarten** & Wildfleisch ist nach Schwein die vierthäufigste Fleischsorte

**~50%** haben **Gulasch-Gerichte** im Angebot, **~40%** haben **Chili con/sin Carne** im Angebot

**1/3** setzt auf **Einweggläser** als Verpackungsart. Auch beliebt sind Pappe/Kunststoffverpackungen

Häufig Zubereitung in **Mikrowelle** oder **Topf**

Mehr als **60%** haben Gerichte **ohne Zusatzstoffe**

**~40%** haben Gerichte mit **regionalen Zutaten**

DIE ANBIETER

Durchschnittspreis pro Fertiggericht: **7,39 €**

Durchschnittspreis pro 100kcal: **1,87 €**

Fleisch und Fisch als Zutaten, Glutenfrei, sowie regionale und saisonale Zutaten **korrelieren mit höheren Preisen**

Verpackung im Einwegglas, sowie vegane & vegetarische Gerichte **korrelieren mit niedrigeren Preisen**

Low Carb, Wildfleisch, Fisch, glutenfreie & Fleischgerichte haben den **höchsten Durchschnittspreis** über dem allgemeinen Durchschnitt

Ente, Gans, Lamm & Büffel **kosten mehr** als Wildfleischgerichte und andere Fleischsorten

Einwegglas und Pappbecher (zum Aufgießen) sind **kostengünstiger** als die anderen Verpackungsarten

DIE PREISE

Die **billigsten Gerichtegruppen**: Frikadellen, Curry Wurst, Linsensuppen, Erbsensuppen, Kartoffelsuppen

**Höchste Kalorienanzahl** im Schnitt: Schnitzel, Rouladen, Curry-Wurst, Bolognese, Pasta-Gerichte

Anteilig am **häufigsten regionale Zutaten**: Frikadelle, Erbsensuppe, Braten-Gerichte, Klopse, Linsensuppe

Anteilig am **häufigsten ohne Zusatzstoffe**: Salate, Burger-Gerichte, Hähnchen-Gerichte, Thai-Gerichte, Chili sin/con Carne

Regionale & saisonale Zutaten, sowie Fleisch gehen einher mit **einer hohen Kalorienanzahl**

Vegetarische, vegane und Bio Gerichte gehen einher mit **einer niedrigen Kalorienanzahl**

DIE GERICHTE



**DIE ANBIETER**

## Anbieter - die Übersicht

ANZAHL GERICHTE



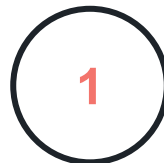
**DURCHSCHNITTLICHE  
ANZAHL GERICHTE**

Im Durchschnitt haben Anbieter 26  
Gerichte im Angebot



**MEDIAN ANZAHL  
GERICHTE**

Der Median liegt bei 12 Gerichten  
pro Anbieter



**MINIMALE ANZAHL  
GERICHTE**

Ein Anbieter hat lediglich 1 Gericht  
zur Auswahl, was den minimalen  
Wert darstellt

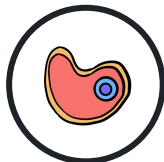


**MAXIMALE ANZAHL  
GERICHTE**

Ein Anbieter hat 192 Gerichte im  
Angebot, was den maximalen Wert  
darstellt

## Anbieter - die Zutaten

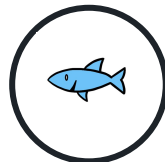
### ANBIETER MIT FLEISCH-GERICHTEN



41

von 50 Anbietern haben  
Fleischgerichte im Angebot

### ANBIETER MIT FISCH-GERICHTEN



16

von 50 Anbietern haben  
Fischgerichte im Angebot

### ANBIETER MIT VEGANEN GERICHTEN



32

von 50 Anbietern haben vegane  
Gerichte im Angebot

### ANBIETER MIT VEGETARISCHEN GERICHTE



40

von 50 Anbietern haben  
vegetarische Gerichte im Angebot

### ANBIETER MIT BIO-GERICHTEN



17

von 50 Anbietern haben  
Bio-Gerichte im Angebot

### ANBIETER MIT GLUTENFREIEN GERICHTEN



13

von 50 Anbietern haben glutenfreie  
Gerichte im Angebot

### ANBIETER MIT LAKTOSEFREIEN GERICHTEN



10

von 50 Anbietern haben  
laktosefreien Gerichte im Angebot

### ANBIETER MIT LOW CARB GERICHTEN

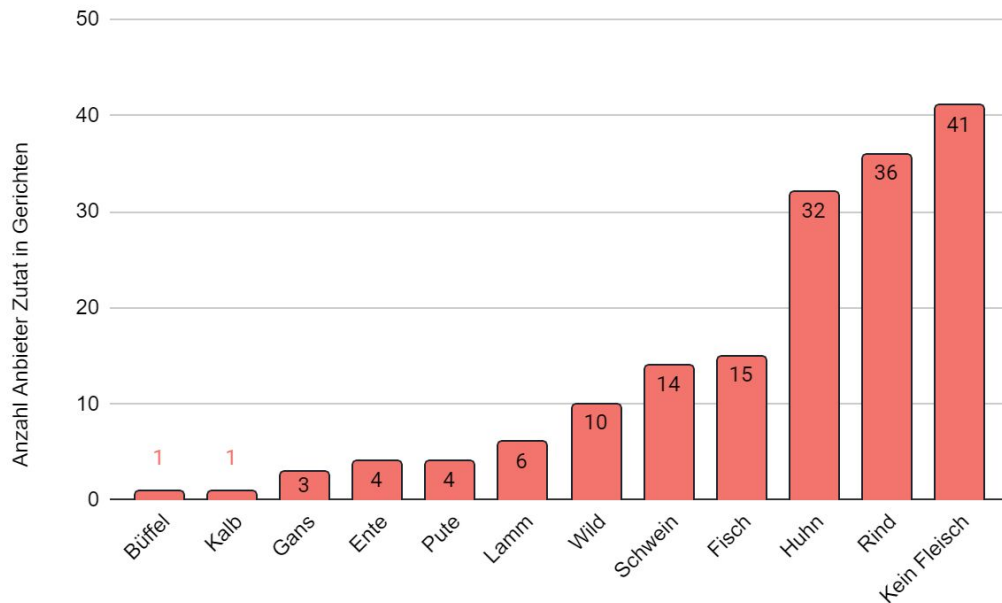


4

von 50 Anbieter haben low carb  
Gerichte im Angebot



## Anbieter - die Zutaten



- **Kein Fleisch (41)** in Gerichten ist für die Anbieter eine echte Alternative
- Bei Fleischgerichten nutzen die meisten Anbieter **Rindfleisch (36)** und **Huhn (32)**
- **Fisch (15)** ist bei mehr Anbietern als Zutat enthalten als **Schweinefleisch (14)**
- Gerichte mit **Wildfleisch (10)** werden von mehr Anbietern angeboten als die restlichen Fleischsorten

## Anbieter - die häufigsten Gerichte\*

23

### ANBIETER MIT GULASCH-GERICHTEN

23 Anbieter haben verschiedene Formen von Gulasch im Angebot

20

### ANBIETER MIT GERICHTEN CHILI CON/SIN CARNE

20 Anbieter haben verschiedene Formen von Chili Sin Carne und Chili Con Carne im Angebot

20

### ANBIETER MIT ASIA GERICHTEN

20 Anbieter haben diverse Formen von asiatischen Gerichten im Angebot

19

### ANBIETER MIT BOLOGNESE GERICHTE

19 Anbieter haben diverse Formen von Bolognese Gerichten im Angebot

18

### ANBIETER MIT LINSEN-SUPPEN-GERICHTEN

18 Anbieter haben Linsensuppen oder Linseneintöpfe in diversen Formen im Angebot

16

### ANBIETER MIT PASTA GERICHTEN

16 Anbieter haben sonstige Pasta-Gerichte im Angebot (Nicht-Bolognese)

15

### ANBIETER MIT GESCHNETZELTES GERICHTEN

15 Anbieter haben verschiedene Formen von Gerichten mit Geschnetzeltem im Angebot

14

### ANBIETER MIT ROULADEN GERICHTEN

14 Anbieter haben Rouladen-Gerichte im Angebot

\* Die volle Übersicht befindet sich im Anhang

## Anbieter - die Verpackungsarten



17

PAPPE / KUNSTSTOFF

17 Anbieter bieten Gerichte in Behältern aus Pappe bzw. Kunststoff an



7

BEUTEL

7 Anbieter bieten Gerichte in Beuteln an



24

EINWEGGLAS

23 Anbieter bieten Gerichte in Einweggläsern an



3

PAPPBECHER

3 Anbieter bieten Gerichte in Pappbechern an



8

GEFROREN

8 Anbietern verschicken die Gerichte in gefrorenem Zustand

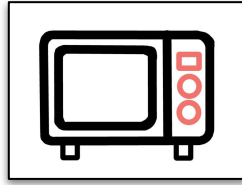
## Anbieter - die Zubereitungsarten



32

PFANNE/TOPF

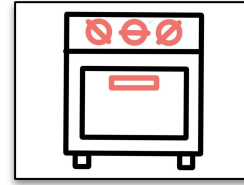
Bei 31 Anbietern können die Gerichte in der Pfanne zubereitet werden



37

MIKROWELLE

Bei 37 Anbietern können die Gerichte in der Mikrowelle zubereitet werden



12

OFEN

Bei 12 Anbietern können die Gerichte im Ofen zubereitet werden

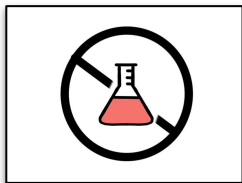


3

AUFGIEßEN

Bei 5 Anbietern bereitet man die Gerichte durch Aufgießen mit heißem Wasser zu

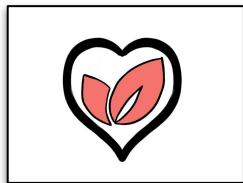
## Anbieter - die Nachhaltigkeit



33

### ZUSATZSTOFFE

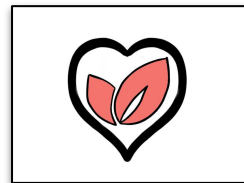
33 Anbieter geben vor bei ihren Gerichten komplett ohne Zusatzstoffe auszukommen



22

### REGIONALE ZUTATEN

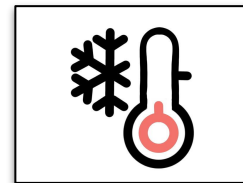
22 Anbieter geben an bei ihren Gerichten vor allem auf regionale Zutaten zu setzen



8

### SAISONALE ZUTATEN

8 Anbieter geben an bei ihren Gerichten vor allem auf saisonale Zutaten zu setzen



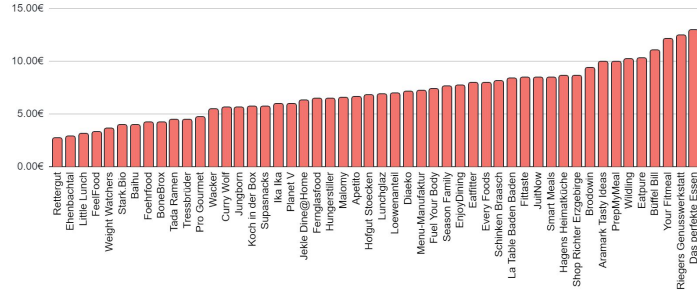
8

### TIEFGEFROREN

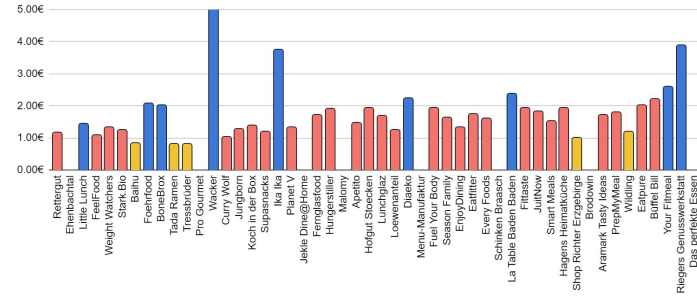
8 Anbieter verschicken ihre Gerichte in tiefgefrorenem Zustand

## Anbieter - der Metavergleich

Preis pro Gericht  
Durchschnitt



Preis pro 100 kcal  
Durchschnitt



### Die **Blauen**:

- Haben einen verhältnismäßig hohen Preis pro 100 kcal
- Erklärung
  - Niedriger Umfang an kcal pro Gericht
  - Hohe Qualität der Zutaten
  - Hohe Marge

### Die **Gelben**:

- Haben einen verhältnismäßig niedrigen Preis pro 100 kcal
- Erklärung
  - Hoher Umfang an kcal pro Gericht




## DIE PREISE

## Preise pro Gericht - die Übersicht

	DURCHSCHNITT	MEDIAN	MIN	MAX
PREIS / GERICHT (# = 1276)	<b>7,39 €</b>	<b>7,25 €</b>	<b>1,69 €</b>	<b>50,00 €</b>
PREIS / pro 100 kcal (# = 1122)	<b>1,87 €</b>	<b>1,61 €</b>	<b>0,39 €</b>	<b>90,79 €</b>
PREIS / pro 100 kj (# = 842)	<b>0,44 €</b>	<b>0,37 €</b>	<b>0,03 €</b>	<b>21,56 €</b>



## Preise pro Gericht - die Korrelationen



Stark Positiv						
Mittel Positiv	Kalorien (kcal) (r = .405, p < .001)	Kilojoule (kj) (r = .400, p < .001)				
Schwach Positiv	Zutat Fleisch (r = .175, p < .001)	Zutat Fisch (r = .077, p < .05)	Gericht Glutenfrei (r = .103, p < .001)	Ohne Zusatzstoffe (r = .114, p < .001)	Regionale Zutaten (r = .180, p < .001)	Saisonale Zutaten (r = .133, p < .001)
Schwach Negativ	Zubereitung im Einwegglas (r = -.081, p < .005)	Zubereitung im Topf (r = -.135, p < .001)	Zubereitung in Mikrowelle (r = -.083 p < .005)	Gericht Vegetarisch (r = -.224, p < .001)	Gericht Vegan (r = -.143, p < .001)	Bio Zutaten (r = -.177, p < .001)
Mittel Negativ						
Stark Negativ						

**DIE HAUPTAUSSAGEN**  
statistisch kein kausaler  
Zusammenhang geprüft

1. Je mehr Kalorien ein Gericht hat, desto mehr kostet das Gericht.
2. Je mehr Kilojoule ein Gericht hat, desto mehr kostet das Gericht.
3. Der Preis pro Gericht ist höher, wenn das Gericht die Zutat Fleisch enthält.
4. Der Preis pro Gericht ist höher, wenn das Gericht die Zutat Fisch enthält.
5. Der Preis pro Gericht ist höher, wenn das Gericht glutenfrei ist.
6. Der Preis pro Gericht ist höher, wenn das Gericht keine Zusatzstoffe enthält.
7. Der Preis pro Gericht ist höher, wenn das Gericht regionale Zutaten enthält.
8. Der Preis pro Gericht ist höher, wenn das Gericht saisonale Zutaten enthält.
9. Der Preis pro Gericht ist niedriger, wenn das Gericht im Einwegglas verpackt ist.
10. Der Preis pro Gericht ist niedriger, wenn das Gericht im Topf zubereitet wird.
11. Der Preis pro Gericht ist niedriger, wenn das Gericht in der Mikrowelle zubereitet wird.
12. Der Preis pro Gericht ist niedriger, wenn es sich um ein vegetarisches Gericht handelt.
13. Der Preis pro Gericht ist niedriger, wenn es sich um ein veganes Gericht handelt.
14. Der Preis pro Gericht ist niedriger, wenn das Gericht Bio Zutaten enthält.

# FERTIGGERICHTE 2022

## Preise pro Gericht - die Zutatengruppen

MIN Ø MAX

LOW CARB GERICHTE



7,89 € 9,09 € 10,00 €

WILDFLEISCH-GERICHTE



5,19 € 8,74 € 12,90 €

FISCH-GERICHTE



2,50 € 8,05 € 12,75 €

MIN Ø MAX

GLUTENFREIE GERICHTE



1,89 € 8,02 € 50,00 €

FLEISCH-GERICHTE



1,69 € 7,78 € 50,00 €

LAKTOSEFREIE GERICHTE



1,89 € 7,31 € 16,99 €

MIN Ø MAX

VEGANE GERICHTE



1,83 € 6,46 € 10,00 €

VEGETARISCHE GERICHTE



1,79 € 6,32 € 12,50 €

BIO-GERICHTE



1,83 € 6,06 € 19,88 €

# FERTIGGERICHTE 2022

## Preise pro Gericht - die Fleischsorten

MIN      Ø      MAX

### ENTE GERICHTE

---

7,99 €    **19,16 €**    50,00 €

### GANS GERICHTE

---

7,99 €    **14,37 €**    29,50 €

### LAMM GERICHTE

---

5,85 €    **11,70 €**    24,50 €

MIN      Ø      MAX

### BÜFFEL GERICHTE

---

8,40 €    **11,02 €**    15,90 €

### RIND GERICHTE

---

1,89 €    **7,76 €**    22,50 €

### HUHN GERICHTE

---

2,50 €    **7,45 €**    13,80 €

MIN      Ø      MAX

### SCHWEIN GERICHTE

---

1,69 €    **6,89 €**    19,88 €

# FERTIGGERICHTE 2022

## Preise pro Gericht - eine Auswahl an Gerichtarten

MIN      Ø      MAX

### ROULADEN GERICHTE

3,30 €    8,60 €    14,90 €

MIN      Ø      MAX

### BOLOGNESE GERICHTE

3,99 €    8,03 €    12,50 €

MIN      Ø      MAX

### ASIA GERICHTE

3,33 €    7,97 €    10,90 €

### GESCHNETZELTES GERICHTE

4,17 €    7,93 €    14,50 €

### PASTA GERICHTE

3,99 €    7,22 €    10,00 €

### GULASCH GERICHTE

3,15 €    7,18 €    12,90 €

### CHILI SIN/CON CARNE GERICHTE

2,99 €    6,87 €    12,50 €

### CURRY WURST GERICHTE

3,20 €    6,31 €    10,00 €

### LINSENSUPPE GERICHTE

1,89 €    5,85 €    10,00 €

## Preise pro Gericht - die Verpackungsarten



7,51 €

**PAPPE / KUNSTSTOFF**

Gerichte in Papp oder Kunststoffverpackungen kosten im Durchschnitt 7,51 €



7,45 €

**BEUTEL**

Gerichte in Beuteln zum Aufkochen kosten im Durchschnitt 7,45 €



6,92 €

**EINWEGGLAS**

Gerichte in Einweggläsern kosten im Durchschnitt 6,92 €



3,20 €

**PAPPBECHER**

Gerichte in Pappbechern kosten im Durchschnitt 3,20 €



7,39 €

**GEFROREN**

Tiefgefrorene Gerichte in diversen Verpackungen kosten im Durchschnitt 7,39 €



# DIE GERICHTE

# FERTIGGERICHTE 2022

## Die Top5 pro Gerichtegruppe \*



PREISE & KCAL

Hähnchen-Gericht	171 Stk.
Pasta-Gericht	84 Stk.
Asia-Gericht	62 Stk.
Gulasch-Gericht	57 Stk.
Braten-Gericht	47 Stk.

ANZAHL GERICHTE

Einfache Suppe	€3.78
Pangius-Gericht	€3.37
Barsch-Gericht	€2.13
Burger-Gericht	€2.03
Gemüse-Gericht	€1.99

Ø PREIS PRO 100 kcal  
DIE TEUREN

DIÄRTART

Gemüse-Gericht	89.13%
Curry-Gericht	77.78%
Einfache Suppe	68.18%
Salat-Gericht	66.67%
Linsensuppe	65.52%

ANTEIL VEGE  
AN GESAMTZAHL

Braten-Gericht	€10.22
Rouladen	€8.60
Lachs-Gericht	€8.52
Pangius-Gericht	€8.24
Barsch-Gericht	€8.14

Ø PREIS - DIE TEUREN

Erbsensuppe	€1.31
Linsensuppe	€1.27
Frikadelle	€1.26
Schnitzel	€1.20
Curry-Wurst	€1.16

Ø PREIS PRO 100 kcal  
DIE BILLIGEN

Frikadelle	€6.74
Curry-Wurst	€6.31
Linsensuppe	€5.85
Erbsensuppe	€5.23
Kartoffelsuppe	€5.04

Ø PREIS - DIE BILLIGEN

Schnitzel	696.41
Rouladen	642.51
Curry-Wurst	585.99
Bolognese	527.68
Pasta-Gericht	525.00

Ø Kcal

Kartoffelsuppe	42.86%
Einfache Suppe	34.09%
Chilli-Gericht	33.33%
Linsensuppe	27.59%
Thai-Gericht	26.32%

ANTEIL GLUTENFREI  
AN GESAMTZAHL

# FERTIGGERICHTE 2022

## Die Top5 pro Gerichtegruppe \*



### ZUTATEN

Thai-Gericht	42.11%
Bolognese	27.59%
Curry-Wurst	23.53%
Schnitzel	21.74%
Lachs-Gericht	21.62%

ANTEIL AN SAISONALEN ZUTATEN

### ZUBEREITUNG

Rouladen	78.57%
Curry-Wurst	76.47%
Gulasch-Gericht	70.18%
Klopse	70.00%
Einfache Suppe	68.18%

ANTEIL AN ZUBEREITUNG IM TOPF

### VERPACKUNG

Salat-Gericht	100.00%
Pangius-Gericht	100.00%
Burger-Gericht	96.43%
Schnitzel	95.65%
Lachs-Gericht	91.89%

ANTEIL AN PAPPE/KUNSTSTOFF

ANTEIL AN REGIONALEN ZUTATEN

Frikadelle	78.57%
Erbsensuppe	75.00%
Braten-Gericht	74.47%
Klopse	70.00%
Linsensuppe	68.97%

ANTEIL AN ZUB. IM BACKOFEN

Pangius-Gericht	100.00%
Schnitzel	95.65%
Lachs-Gericht	94.59%
Burger-Gericht	92.86%
Barsch-Gericht	91.67%

ANTEIL AN EINWEGGLAS

Curry-Wurst	64.71%
Linsensuppe	51.72%
Chili sin/con Carne	44.83%
Kartoffelsuppe	42.86%
Gulasch-Gericht	42.11%

ANTEIL AN OHNE ZUSATZE

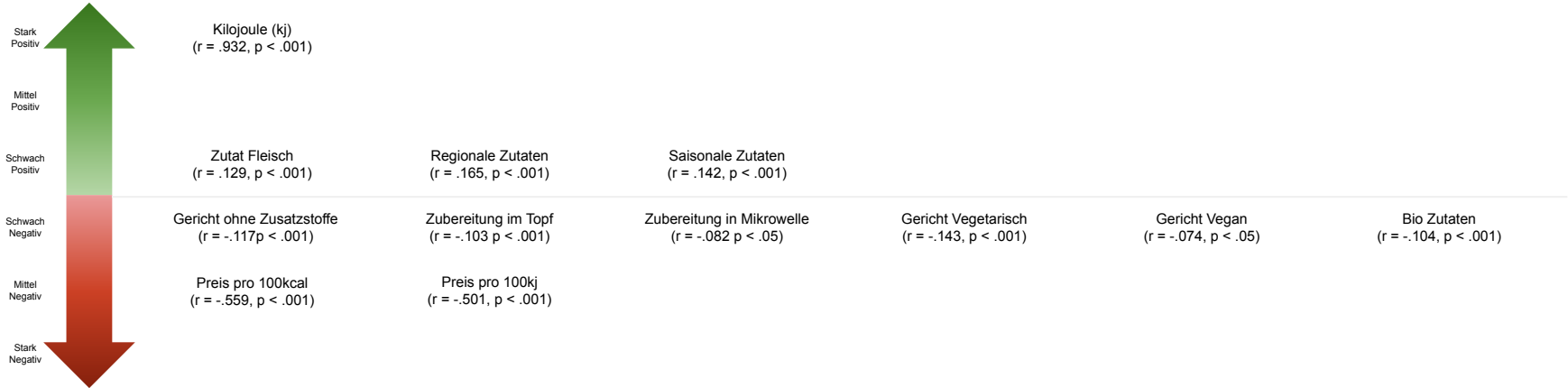
Salat-Gericht	100.00%
Burger-Gericht	100.00%
Hähnchen-Gericht	87.72%
Thai-Gericht	84.21%
Chili sin/con Carne	79.31%

ANTEIL AN ZUB. IN MIKROWELLE

Pangius-Gericht	100.00%
Burger-Gericht	100.00%
Barsch-Gericht	100.00%
Hähnchen-Gericht	97.08%
Schnitzel	95.65%



## Kalorien pro Gericht - die Korrelationen



**DIE HAUPTAUSSAGEN**  
statistisch kein kausaler  
Zusammenhang geprüft

1. Je mehr Kilojoule ein Gericht hat, desto mehr Kalorien hat das Gericht.
2. Die Kalorienanzahl ist höher, wenn das Gericht die Zutat Fleisch enthält.
3. Die Kalorienanzahl ist höher, wenn das Gericht regionale Zutaten enthält.
4. Die Kalorienanzahl ist höher, wenn das Gericht saisonale Zutaten enthält.
5. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht keine Zusatzstoffe enthält.
6. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht im Topf zubereitet werden kann.
7. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht in der Mikrowelle zubereitet werden kann.
8. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht vegetarisch ist.
9. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht vegan ist.
10. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht Bio Zutaten enthält.
11. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht einen hohen Preis pro 100 kcal hat.
12. Die Kalorienanzahl ist niedriger, wenn das Gericht einen hohen Preis pro 100 kj hat.

## Details pro Gericht - Gulasch-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
47% (27/57) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
58% (33/57) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
14% (8/57) mit saisonalen Zutaten

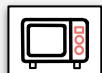


**TIEFGEFROREN**  
21% (12/57) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
70% (40/57) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
68% (39/57) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
28% (16/57) Zubereitung Backofen

Zubereitung

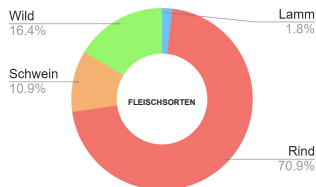


**VEGETARISCH**  
2% (1/57)

**VEGAN**  
2% (1/57)

**FISCH**  
2% (1/57)

**FLEISCH**  
96% (55/57)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 23% (13/57)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 16% (9/57)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 42% (24/57)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/57)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	3,15 €	<b>7,18 €</b>	6,99 €	12,90 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,78 €</b>	1,70 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,41 €</b>	0,41 €	-
Kcal	-	<b>442 kcal</b>	418 kcal	-
Kcal	-	<b>1867 kj</b>	1752 kj	-

# FERTIGGERICHTE 2022

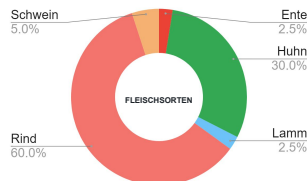
## Details pro Gericht - Asia-Gerichte

- KEINE ZUSATZSTOFFE**  
69% (43/62) ohne Zusatzstoffe
- REGIONALE ZUTATEN**  
47% (29/62) mit regionalen Zutaten
- SAISONALE ZUTATEN**  
16% (10/62) mit saisonalen Zutaten
- TIEFGEFROREN**  
58% (36/62) sind tiefgefroren

Attribute

- PFANNE/TOPF**  
48% (30/62) Zubereitung im Topf
- MIKROWELLE**  
90% (56/62) Zubereitung Mikrowelle
- BACKOFEN**  
56% (35/62) Zubereitung Backofen

Zubereitung



**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 81% (50/62)

**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 5% (3/62)

**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 13% (8/62)

**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 2% (1/62)

Verpackung

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	3,33 €	<b>7,97 €</b>	8,14 €	10,90 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,97 €</b>	1,69 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,35 €</b>	0,36 €	-
Kcal	-	<b>475 kcal</b>	426 kcal	-
Kcal	-	<b>2177 kj</b>	2227 kj	-

Preise & Umfang

# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Bolognese-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
69% (20/29) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
52% (15/29) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
28% (8/29) mit saisonalen Zutaten

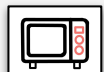


**TIEFGEFROREN**  
38% (11/29) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
45% (13/29) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
90% (26/29) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
52% (15/29) Zubereitung Backofen

Zubereitung

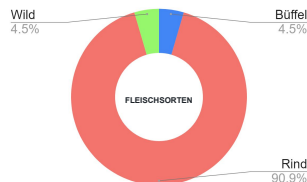


**VEGETARISCH**  
24% (7/29)

**VEGAN**  
17% (5/29)

**FISCH**  
0% (0/29)

**FLEISCH**  
72% (21/29)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 69% (20/29)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 7% (2/29)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 21% (6/29)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/29)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	3,99 €	<b>8,03 €</b>	7,95 €	12,50 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,84 €</b>	1,44 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,43 €</b>	0,33 €	-
Kcal	-	<b>528 kcal</b>	549 kcal	-
Kcal	-	<b>2595 kj</b>	2302 kj	-

# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Braten-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
32% (15/47) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
74% (35/47) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
13% (6/47) mit saisonalen Zutaten

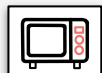


**TIEFGEFROREN**  
40% (19/47) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
53% (25/47) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
64% (30/47) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
47% (22/47) Zubereitung Backofen

Zubereitung

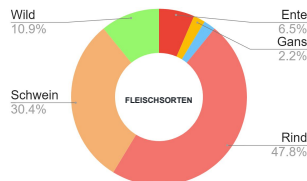


**VEGETARISCH**  
0% (0/47)

**VEGAN**  
0% (0/47)

**FISCH**  
0% (0/47)

**FLEISCH**  
100% (47/47)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 40% (19/47)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 26% (12/47)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 26% (12/47)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/47)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	5,16 €	<b>10,22 €</b>	7,99 €	50,00 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,76 €</b>	1,64 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,42 €</b>	0,39 €	-
Kcal	-	<b>518 kcal</b>	486 kcal	-
Kcal	-	<b>2171 kj</b>	2039 kj	-

# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Burger-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
100% (28/28) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
4% (1/28) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
0% (0/28) mit saisonalen Zutaten



**TIEFGEFROREN**  
96% (27/28) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
7% (2/28) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
100% (28/28) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
93% (26/28) Zubereitung Backofen

Zubereitung

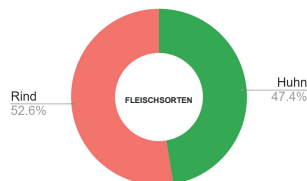


**VEGETARISCH**  
32% (9/28)

**VEGAN**  
0% (0/28)

**FISCH**  
0% (0/28)

**FLEISCH**  
68% (19/28)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 96% (27/28)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 4% (1/28)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 0% (0/28)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/28)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	4,68 €	<b>7,79 €</b>	7,52 €	9,99 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>2,03 €</b>	1,94 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,38 €</b>	0,38 €	-
Kcal	-	<b>398 kcal</b>	416 kcal	-
Kcal	-	<b>1879 kj</b>	1879 kj	-

## Details pro Gericht - Chili sin/con Carne-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
79% (23/29) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
40% (11/29) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
7% (2/29) mit saisonalen Zutaten

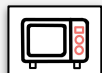


**TIEFGEFROREN**  
10% (3/29) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
66% (19/29) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
90% (26/29) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
17% (5/29) Zubereitung Backofen

Zubereitung

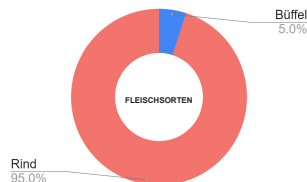


**VEGETARISCH**  
28% (8/29)

**VEGAN**  
28% (8/29)

**FISCH**  
3% (1/29)

**FLEISCH**  
69% (20/29)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 45% (13/29)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 7% (2/29)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 45% (13/29)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/29)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	2,99 €	<b>6,87 €</b>	6,90 €	12,50 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,65 €</b>	1,59 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,40 €</b>	0,39 €	-
Kcal	-	<b>450 kcal</b>	451 kcal	-
Kcal	-	<b>1863 kj</b>	1870 kj	-

## Details pro Gericht - Curry Wurst-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
71% (12/17) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
53% (9/17) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
24% (4/17) mit saisonalen Zutaten

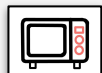


**TIEFGEFROREN**  
24% (4/17) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
76% (13/17) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
88% (15/17) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
24% (4/17) Zubereitung Backofen

Zubereitung

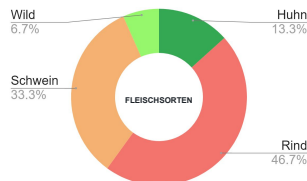


**VEGETARISCH**  
12% (2/17)

**VEGAN**  
12% (2/17)

**FISCH**  
0% (0/17)

**FLEISCH**  
88% (15/17)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 29% (5/17)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 6% (1/17)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 65% (11/17)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/17)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	3,20 €	<b>6,31 €</b>	6,09 €	10,00 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,16 €</b>	1,07 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,28 €</b>	0,26 €	-
Kcal	-	<b>586 kcal</b>	537 kcal	-
Kcal	-	<b>2453 kj</b>	2220 kj	-



# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Gemüse-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
63% (29/46) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
41% (19/46) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
15% (7/46) mit saisonalen Zutaten



**TIEFGEFROREN**  
46% (21/46) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
35% (16/46) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
93% (43/46) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
65% (30/46) Zubereitung Backofen

Zubereitung

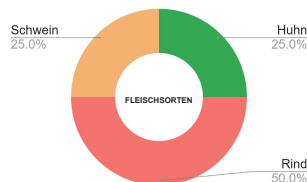


**VEGETARISCH**  
89% (41/46)

**VEGAN**  
26% (12/46)

**FISCH**  
0% (0/46)

**FLEISCH**  
9% (4/46)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 74% (34/46)

**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 13% (6/46)

**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 11% (5/46)

**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/46)

Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	2,99 €	<b>7,77 €</b>	7,72 €	12,50 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,99 €</b>	1,69 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,48 €</b>	0,39 €	-
Kcal	-	<b>451 kcal</b>	453 kcal	-
Kcal	-	<b>1716 kj</b>	1724 kj	-

## Details pro Gericht - Geschnitzeltes-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
38% (11/29) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
69% (20/29) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
14% (4/29) mit saisonalen Zutaten

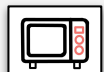


**TIEFGEFROREN**  
45% (13/29) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
31% (9/29) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
79% (23/29) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
66% (19/29) Zubereitung Backofen

Zubereitung

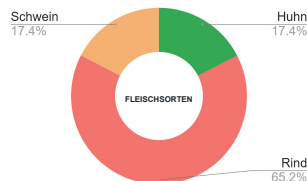


**VEGETARISCH**  
7% (2/29)

**VEGAN**  
7% (2/29)

**FISCH**  
0% (0/29)

**FLEISCH**  
93% (27/29)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 66% (19/29)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 10% (3/29)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 14% (4/29)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/29)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	4,17 €	<b>7,93 €</b>	7,49 €	14,50 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,65 €</b>	1,66 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,39 €</b>	0,40 €	-
Kcal	-	<b>485 kcal</b>	482 kcal	-
Kcal	-	<b>2036 kj</b>	2017 kj	-

# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Lachs-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
49% (18/37) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
62% (23/37) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
22% (8/37) mit saisonalen Zutaten



**TIEFGEFROREN**  
73% (27/37) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
3% (1/37) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
95% (35/37) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
95% (35/37) Zubereitung Backofen

Zubereitung



**VEGETARISCH**  
0% (0/37)

**VEGAN**  
0% (0/37)

**FISCH**  
100% (37/37)

**FLEISCH**  
0% (0/37)

**NUR FISCH**

Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: **92%** (34/37)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: **3%** (1/37)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: **0%** (0/37)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: **0%** (0/37)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	6,69 €	<b>8,52 €</b>	8,49 €	12,75 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,81 €</b>	1,74 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,40 €</b>	0,40 €	-
Kcal	-	<b>486 kcal</b>	455 kcal	-
Kcal	-	<b>2039 kj</b>	1968 kj	-

## Details pro Gericht - Linsensuppe-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
72% (21/29) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
69% (20/29) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
21% (6/29) mit saisonalen Zutaten

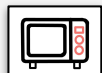


**TIEFGEFROREN**  
28% (8/29) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
59% (17/29) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
86% (25/29) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
34% (10/29) Zubereitung Backofen

Zubereitung

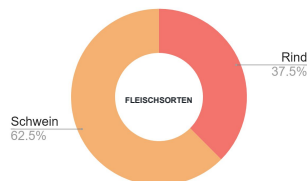


**VEGETARISCH**  
66% (19/29)

**VEGAN**  
52% (15/29)

**FISCH**  
0% (0/29)

**FLEISCH**  
28% (8/29)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 31% (9/29)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 3% (1/29)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 52% (15/29)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/29)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	1,89 €	<b>2,85 €</b>	6,49 €	10,00 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,27 €</b>	1,30 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,30 €</b>	0,32 €	-
Kcal	-	<b>486 kcal</b>	469 kcal	-
Kcal	-	<b>1950kj</b>	1740 kj	-

# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Pasta-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
62% (52/84) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
38% (32/84) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
17% (14/84) mit saisonalen Zutaten



**TIEFGEFROREN**  
62% (52/84) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
15% (13/84) Zubereitung im Topf

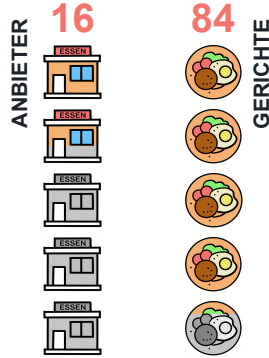


**MIKROWELLE**  
92% (77/84) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
80% (67/84) Zubereitung Backofen

Zubereitung

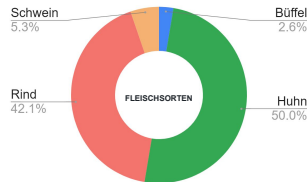


**VEGETARISCH**  
49% (41/84)

**VEGAN**  
7% (6/84)

**FISCH**  
6% (5/84)

**FLEISCH**  
43% (36/84)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 92% (77/84)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 6% (5/84)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 0% (0/84)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/84)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	3,99 €	<b>7,22 €</b>	6,90 €	10,00 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,37 €</b>	1,34 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,32 €</b>	0,31 €	-
Kcal	-	<b>525kcal</b>	521 kcal	-
Kcal	-	<b>2109 kj</b>	2146 kj	-

# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Rouladen-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
43% (12/28) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
57% (16/28) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
11% (3/28) mit saisonalen Zutaten



**TIEFGEFROREN**  
32% (9/28) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
79% (22/28) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
61% (17/28) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
29% (8/28) Zubereitung Backofen

Zubereitung

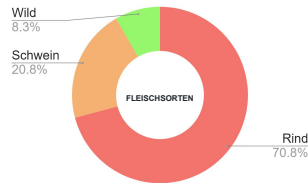


**VEGETARISCH**  
14% (4/28)

**VEGAN**  
4% (1/28)

**FISCH**  
4% (1/28)

**FLEISCH**  
86% (24/28)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 14% (4/28)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 29% (8/28)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 32% (9/28)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/28)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	3,30 €	<b>8,60 €</b>	7,99 €	14,90 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,84 €</b>	1,70 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,44 €</b>	0,40 €	-
Kcal	-	<b>643 kcal</b>	444 kcal	-
Kcal	-	<b>2712 kj</b>	1860 kj	-

# FERTIGGERICHTE 2022

## Details pro Gericht - Salat-Gerichte



**KEINE ZUSATZSTOFFE**  
100% (15/15) ohne Zusatzstoffe



**REGIONALE ZUTATEN**  
20% (3/15) mit regionalen Zutaten



**SAISONALE ZUTATEN**  
0% (0/15) mit saisonalen Zutaten

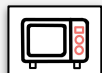


**TIEFGEFROREN**  
0% (0/15) sind tiefgefroren

Attribute



**PFANNE/TOPF**  
87% (13/15) Zubereitung im Topf



**MIKROWELLE**  
100% (15/15) Zubereitung Mikrowelle



**BACKOFEN**  
13% (2/15) Zubereitung Backofen

Zubereitung

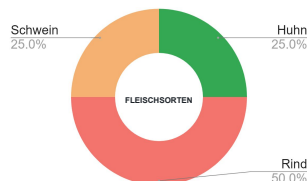


**VEGETARISCH**  
67% (10/15)

**VEGAN**  
60% (9/15)

**FISCH**  
7% (1/15)

**FLEISCH**  
27% (4/15)



Verpackung

**PAPPE/KUNSTSTOFF**  
In Pappe/Kunststoff verpackt: 100% (15/15)



**BEUTEL**  
In Beuteln verpackt: 0% (0/15)



**EINWEGGLAS**  
Im Einwegglas verpackt: 0% (0/15)



**PAPPBECHER**  
In Pappbechern verpackt: 0% (0/15)



Preise & Umfang

	MIN	Ø	MEDIAN	MAX
Preis pro Gericht	1,69 €	<b>7,19 €</b>	7,99 €	8,99 €
Preis pro 100 kcal	-	<b>1,86 €</b>	1,54 €	-
Preis pro 100 kj	-	<b>0,45 €</b>	0,40 €	-
Kcal	-	<b>440 kcal</b>	455 kcal	-
Kcal	-	<b>1801 kj</b>	1940 kj	-

The image shows three black plastic food containers arranged on a light-colored wooden table. The top container holds a meal with a piece of grilled salmon, green leafy vegetables, and a topping of pine nuts. The middle container features a salmon fillet, a portion of quinoa, and a fresh salad with lettuce, tomatoes, and cucumber. The bottom container contains dumplings, sliced carrots, and bean sprouts. A clear plastic bottle with a green cap, filled with orange juice, sits between the top and middle containers. A head of fresh lettuce is visible in the background. A semi-transparent red banner with white text is overlaid across the middle of the image.

ÜBER [FOODBOXGUIDE.DE](https://www.foodboxguide.de)

**FOODBOX** GUIDE.DE



# Die erste deutsche Seite zu Foodboxen

## Diverse Foodboxen

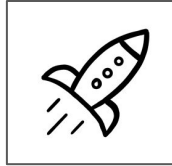


FOODBOXGUIDE.DE vergleicht verschiedene Arten von Boxen.

Zu den Foodbox-Arten zählen:

- \* Fertiggerichte
- \* Kochboxen
- \* Obst- & Gemüseboxen
- \* Fleischboxen
- \* Essensboxen
- \* Saftboxen

## Live seit 2021



FOODBOXGUIDE.DE wurde in 2021 gelauncht.

In 3 Monaten erzielt das Vergleichsportal 2.300 Visits/Monat und hat eine CTR von 15%

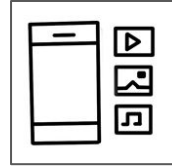
## 70+ Anbieter



FOODBOXGUIDE.DE hat über 70 Anbieter gelistet.

Jeder Anbieter wird im Detail gescreent und ausprobiert.

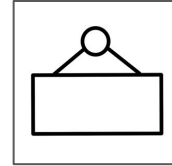
## Diverser Content



FOODBOXGUIDE.DE bietet verschiedenen Contentarten:

Zu jedem Anbieter gibt es geschriebene Texte, Videos mit Beschreibungen und Fotos der Produkte und Gerichte.

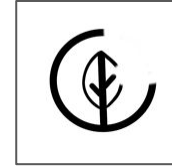
## Komplett Kostenlos



FOODBOXGUIDE.DE ist komplett kostenlos.

Endkunden profitieren von kostenlosen Vergleichen und Anbieter gehen eine Erfolgsbasierte Partnerschaft ein (=Affiliate)

## Nachhaltigkeit



FOODBOXGUIDE.DE screen alle Anbieter nach

- \* Nachhaltigkeitskriterien
- \* Diäten
- \* Zusatzstoffen
- \* Preisen

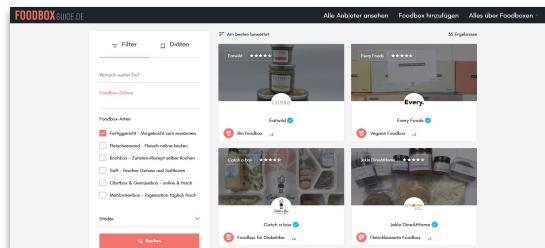
## Die erste deutsche Seite zu Foodboxen



### STARTSEITE

Einfache Suchmaske zum Einstieg:

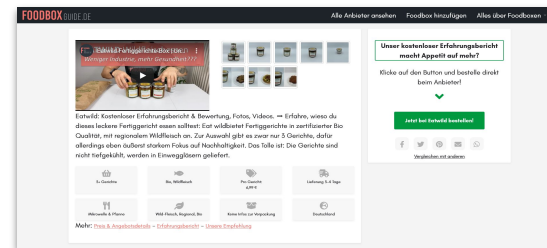
- Freitextsuche
- Diätart
- Ort



### SUCHERGEBNIS-SEITE / KATEGORIEN

Diverse Filtermöglichkeiten

- Anbieter
- Produktart
- Diätart
- Ort
- Freitextsuche



### ANBIETERDETAIL-SEITE

Diverser Content pro Anbieter

- Erfahrungsbericht als Video
- Erfahrungsbericht in Fotos
- Kategorisierungen
- Preisanalyse
- Angebotsanalyse
- Erfahrungsbericht
- Zusammenfassung
- Ähnliche Anbieter

# Fertiggerichte Marktanalyse 2022

## Definition Fertiggerichte

Zwecks umfangreicher Analyse von über 1000 Fertiggerichten ist es nötig zuerst zu definieren, welche Produkte tatsächlich in die Kategorie Fertiggerichte fallen.

Zu den Fertiggerichten in unserer Analyse zählen Convenience Produkte, die **zubereitungsfertig** sind, das bedeutet, dass man sie nur noch aufwärmen muss, damit sie **verzehrfertig** werden.

## Datensammlung

Zwecks Datensammlung wurden sogenannte Web-Scraping Technologien genutzt.

Die Rohdaten bestehen jeweils aus URLs, Gerichtennamen, Preis, den dazugehörigen Diäten, den Verpackungsarten, Nachhaltigkeits- und Zusatzstoffkriterien, sowie Angaben zur kcal und kj.

## Kategorisierung

Alle Gerichte wurden bewertet nach enthaltenen Zutaten, wie Fisch, Fleischart und vegetarischen Zutaten.

Zusätzlich wurden Preise pro kcal und kj berechnet, um eine quantifizierbare Basis für Vergleiche herzustellen

## Analyse

In der Analyse wurden grundsätzliche Methoden der Statistik angewandt.

Ausgangspunkt stellt eine deskriptiv-explorative Analyse der Testgruppe dar.

Folgend werden verschiedene Kategorien, wie Anbieter, Gerichte-Arten, Preis, Nachhaltigkeit usw. beleuchtet

## Zusammenfassung

Für die Zusammenfassung wurde das Präsentationsformat gewählt mit aggregierten Daten und Inhalten mit dem Ziel so wenig zu lesende Lektüre mit einem höchstmöglichen Informationswert zu bieten.

## Anhang | Inkludierte Anbieter

Rettergut  
Ehenbachtal  
Little Lunch  
FeelFood  
Weight Watchers  
Stark.Bio  
Baihu  
Foehrfood  
BoneBrox  
Tada Ramen  
Tressbrüder  
Pro Gourmet  
Wacker  
Curry Wolf  
Jungborn  
Koch in der Box  
Supasnacks  
Ika Ika  
Planet V  
Jekle Dine@Home  
Fengglasfood  
Hungerstillter  
Malomy  
Apetito  
Hofgut Stoecken

Lunchglaz  
Loewenanteil  
Diaeko  
Menu-Manufaktur  
Fuel Your Body  
Season Family  
EnjoyDining  
Eatfitter  
Every Foods  
Schinken Braasch  
La Table Baden Baden  
Fittaste  
JuitNow  
Smart Meals  
Hagens Heimatküche  
Shop Richter Erzgebirge  
Brodowin  
Aramark Tasty Ideas  
PrepMyMeal  
Wildling  
Eatpure  
Büffel Bill  
Your Fitmeal  
Riegers Genusswerkstatt  
Das perfekte Essen

### Abschließende Information

Auf Anfrage kann FoodboxGuide.de weitere Statistiken oder bestimmte Auswertungen bereitstellen

Auf Anfrage kann FoodboxGuide.de Einsicht per Video-Call & Screenshot in die Rohdaten und vollständigen Analysen erteilen

FoodboxGuide.de übernimmt keine Gewähr für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der bereitgestellten Analysen

FoodboxGuide.de nimmt in der Analyse keine Wertung in den Kategorien "Gut", "Schlecht", "Gesund", "Ungesund" vor

A collage of food items including a shrimp dish, a bottle of orange juice, a salad, and a bowl of dumplings.

**VIELEN DANK**

**FOODBOXGUIDE.DE**  
[Info@foodboxguide.de](mailto:Info@foodboxguide.de)

**BARTOSZ PRZYTULA**  
[Linkedin Profil](#)