

Kalorientabelle Alkoholische Getränke (PDF)

Kalorien, Protein, Kohlenhydrate und Fett von 7 Lebensmitteln, pro Portion und pro 100 g.

Stand: Oktober 2026

Lebensmittel	Pro Portion		Pro 100 g			
	Portion	Kalorien	Kalorien	Protein (g)	Kohlenhydrate (g)	Fett (g)
Bier	1 Glas, 500 ml (502 g)	216	43	0.5	3.6	0
Gin	1 Shot, 40 ml (4 cl) (37.6 g)	99	263	0	0	0
Rotwein	1 Glas, 200 ml (199 g)	169	85	0.1	2.6	0
Rum	1 Shot, 40 ml (4 cl) (37.6 g)	87	231	0	0	0
Weißwein	1 Glas, 200 ml (199 g)	163	82	0.1	2.6	0
Whisky	1 Shot, 40 ml (4 cl) (37.6 g)	94	250	0	0.1	0
Wodka	1 Shot, 40 ml (4 cl) (37.6 g)	87	231	0	0	0

Quelle: USDA FoodData Central, SR Legacy und FNDDS (gemeinfrei). Die Werte pro 100 g sind USDA-Angaben; Portionswerte sind nach Gewicht umgerechnet. Interaktive Tabellen und Nährwertetiketten: <https://nutritionfactlabel.com/de/nutrition-database/alcoholic-drinks/>