

Tabelle 1c: Nährstoffgehalte von Gemüse

(Stand: November 2023, unverändert seit Dezember 2021)

| Kultur | Ernteprodukt | TM in % | Nährstoffgehalt kg/dt Frischmasse | | | | Roh- protein % in TM | Ø Ertrag dt/ha FM | N-Fix kg/dt FM |
|------------------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------------|-------------------------------|------------------|------|----------------------------|-------------------------|----------------------|
| | | | N | P ₂ O ₅ | K ₂ O | MgO | | | |
| Artischocke, Frucht | Frucht | 18 | 0,19 | 0,250 | 0,88 | 0,13 | 160 | | |
| Auberginen | Frucht | 8 | 0,28 | 0,050 | 0,30 | 0,06 | 400 | | |
| Blattsalate, grün | Blatt | 6 | 0,19 | 0,069 | 0,45 | 0,02 | 350 | | |
| Blattsalate, rot | Blatt | 6 | 0,19 | 0,069 | 0,45 | 0,02 | 300 | | |
| Blumenkohl | Kopf | 7 | 0,28 | 0,103 | 0,36 | 0,02 | 350 | | |
| Brokkoli | Kopf | 9 | 0,45 | 0,149 | 0,46 | 0,03 | 150 | | |
| Buschbohnen | Hülse + Korn | 8 | 0,25 | 0,092 | 0,30 | 0,04 | 120 | 0,2 | |
| Chicoréeerüben | Wurzel | 24 | 0,25 | 0,121 | 0,54 | 0,07 | 450 | | |
| Chinakohl | Kopf | 6 | 0,15 | 0,092 | 0,30 | 0,02 | 700 | | |
| Dicke Bohnen, ohne Hülsen | Korn | 24 | 1,25 | 0,298 | 0,42 | 0,05 | 65 | 0,2 | |
| Eissalat | Kopf | 5 | 0,14 | 0,057 | 0,30 | 0,02 | 600 | | |
| Endivie, Frisée | Blatt | 8 | 0,25 | 0,060 | 0,55 | 0,03 | 350 | | |
| Endivie, glattblättrig | Blatt | 8 | 0,20 | 0,060 | 0,55 | 0,03 | 600 | | |
| Feldsalat, Rapunzel | Blatt | 9 | 0,45 | 0,099 | 0,65 | 0,07 | 80 | | |
| Feldsalat, großblättrig | Blatt | 9 | 0,45 | 0,099 | 0,65 | 0,07 | 130 | | |
| Gemüseerbsen | Korn | 15 | 1,00 | 0,229 | 0,36 | 0,06 | 80 | 0,8 | |
| Grünkohl | Blatt | 15 | 0,49 | 0,163 | 0,59 | 0,04 | 400 | | |
| Gurke, Einlege- | Frucht | 4 | 0,15 | 0,069 | 0,24 | 0,02 | 800 | | |
| Kichererbsen | Korn | 92 | 1,00 | 0,230 | 0,36 | 0,06 | 80 | 0,8 | |
| Knollenfenchel | Knolle | 7 | 0,20 | 0,069 | 0,48 | 0,03 | 400 | | |
| Kohlrabi | Knolle | 7 | 0,28 | 0,103 | 0,42 | 0,03 | 450 | | |
| Kohlrübe | Rübe | 12 | 0,26 | 0,115 | 0,36 | 0,03 | 600 | | |
| Kopfsalat | Kopf | 5 | 0,18 | 0,069 | 0,36 | 0,03 | 500 | | |
| Kürbis, Hokaido | Frucht | 12 | 0,25 | 0,206 | 0,55 | 0,08 | 300 | | |
| Kürbis, Öl-, lagertrock. Kerne | Kerne | 10 | 3,00 | 2,900 | 3,00 | 1,40 | 7 | | |
| Kürbis, Speise- | Frucht | 12 | 0,25 | 0,206 | 0,55 | 0,08 | 400 | | |
| Mangold | Blatt | 8 | 0,32 | 0,090 | 0,48 | 0,07 | 180 | | |
| Melone, Wasser- | Frucht | 10 | 0,10 | 0,020 | 0,13 | 0,02 | 500 | | |
| Melone, Zucker-, Honig- | Frucht | 10 | 0,15 | 0,054 | 0,37 | 0,02 | 500 | | |
| Mairüben, mit Laub | Rübe mit Blatt | 7 | 0,17 | 0,103 | 0,42 | 0,04 | 650 | | |
| Markerbse, früh bis mittelfrüh | Korn | 23 | 1,00 | 0,230 | 0,36 | 0,06 | 60 | 0,8 | |
| Markerbse, mittelspät | Korn | 10 | 1,00 | 0,230 | 0,36 | 0,06 | 80 | 0,8 | |
| Möhren, Bund- | Wurzel | 11 | 0,17 | 0,082 | 0,53 | 0,05 | 600 | | |
| Möhren, Industrie- | Wurzel | 10 | 0,13 | 0,080 | 0,42 | 0,03 | 900 | | |
| Möhren, Wasch- | Wurzel | 10 | 0,13 | 0,080 | 0,42 | 0,03 | 700 | | |
| Pak Choi | Kopf | 6 | 0,22 | 0,069 | 0,42 | 0,02 | 500 | | |
| Paprika | Frucht | 10 | 0,30 | 0,060 | 0,26 | 0,05 | 500 | | |
| Pastinake | Wurzel | 22 | 0,25 | 0,236 | 0,60 | 0,05 | 400 | | |
| Petersilie, Wurzel- | Wurzel | 15 | 0,42 | 0,137 | 0,84 | 0,09 | 400 | | |
| Porree | Stange | 11 | 0,25 | 0,080 | 0,36 | 0,03 | 600 | | |
| Portulak Sommer bis 1. Schnitt | Blatt | 9 | 0,33 | 0,110 | 0,53 | 0,02 | 150 | | |
| Portulak Sommer nach einem Schnitt | Blatt | 9 | 0,33 | 0,110 | 0,53 | 0,02 | 100 | | |
| Portulak Winter bis 1. Schnitt | Blatt | 9 | 0,33 | 0,110 | 0,53 | 0,02 | 150 | | |
| Portulak Winter nach einem Schnitt | Blatt | 9 | 0,33 | 0,110 | 0,53 | 0,02 | 100 | | |
| Radicchio | Kopf | 10 | 0,25 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 280 | | |
| Radies | Knolle mit Laub | 6 | 0,20 | 0,069 | 0,34 | 0,03 | 300 | | |
| Rettich, Bund- | Rübe mit Blatt | 7 | 0,17 | 0,076 | 0,36 | 0,03 | 500 | | |
| Rettich, deutsch | Rübe mit Blatt | 5 | 0,14 | 0,080 | 0,40 | 0,02 | 550 | | |
| Rettich, japanisch | Rübe mit Blatt | 5 | 0,10 | 0,060 | 0,34 | 0,02 | 1000 | | |
| Rhabarber 1. Standjahr | Stiel | 9 | 0,18 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 0 | | |
| Rhabarber 2. Standjahr Austrieb | Stiel | 9 | 0,18 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 100 | | |
| Rhabarber 3. Standjahr Austrieb | Stiel | 9 | 0,18 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 200 | | |
| Rhabarber ab 4. Standjahr Austr. | Stiel | 9 | 0,18 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 350 | | |
| Rhabarber 2. Standj. nach Ernte | Stiel | 9 | 0,18 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 0 | | |
| Rhabarber 3. Standj. nach Ernte | Stiel | 9 | 0,18 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 0 | | |
| Rhabarber ab 4. Standj. n. Ernte | Stiel | 9 | 0,18 | 0,092 | 0,48 | 0,03 | 0 | | |
| Romana | Blatt | 5 | 0,20 | 0,092 | 0,40 | 0,02 | 450 | | |
| Romana, Herzen | Kopf | 5 | 0,24 | 0,092 | 0,40 | 0,02 | 300 | | |



Tabelle 1c: Nährstoffgehalte von Gemüse

(Stand: November 2023, unverändert seit Dezember 2021)

Fortsetzung

| Kultur | Ernteprodukt | TM in % | Nährstoffgehalt kg/dt Frischmasse | | | | Roh- protein % in TM | Ø Ertrag dt/ha FM | N-Fix kg/dt FM |
|-----------------------------------|------------------|---------------|--------------------------------------|-------------------------------|------------------|------|----------------------------|-------------------------|----------------------|
| | | | N | P ₂ O ₅ | K ₂ O | MgO | | | |
| Rosenkohl, nur Röschen | Röschen | 15 | 0,65 | 0,195 | 0,66 | 0,04 | 250 | | |
| Rote Rüben | Rübe mit Blatt | 15 | 0,28 | 0,115 | 0,48 | 0,05 | 600 | | |
| Rotkohl | Kopf | 10 | 0,22 | 0,080 | 0,36 | 0,03 | 600 | | |
| Rucola, Feinware | Blatt | 7 | 0,40 | 0,103 | 0,53 | 0,05 | 175 | | |
| Rucola, Grobware | Blatt | 7 | 0,40 | 0,103 | 0,53 | 0,05 | 300 | | |
| Salate, Baby Leaf Lettuce | Blatt | 7 | 0,35 | 0,080 | 0,60 | 0,05 | 140 | | |
| Schwarzwurzel | Wurzel | 25 | 0,23 | 0,160 | 0,39 | 0,06 | 200 | | |
| Sellerie, Bund- | Knolle mit Laub | 12 | 0,27 | 0,126 | 0,57 | 0,03 | 600 | | |
| Sellerie, Knollen- | Knolle mit Laub | 10 | 0,25 | 0,149 | 0,54 | 0,03 | 650 | | |
| Sellerie, Stangen- | Stange | 12 | 0,25 | 0,115 | 0,54 | 0,03 | 500 | | |
| Spargel 1. Standjahr | Stange | 10 | 0,26 | 0,082 | 0,24 | 0,02 | 0 | | |
| Spargel 2. Standjahr | Stange | 10 | 0,26 | 0,082 | 0,24 | 0,02 | 20 | | |
| Spargel 3. Standjahr | Stange | 10 | 0,26 | 0,082 | 0,24 | 0,02 | 80 | | |
| Spargel ab 4. Standjahr | Stange | 10 | 0,26 | 0,082 | 0,24 | 0,02 | 100 | | |
| Spinat, Blatt-, Frischmarkt, Baby | Blatt | 8 | 0,45 | 0,115 | 0,66 | 0,08 | 100 | 0,2 | |
| Spinat, Blatt-, Standard | Blatt | 8 | 0,40 | 0,115 | 0,66 | 0,08 | 250 | | |
| Spinat, Hack-, Standard | Blatt | 8 | 0,36 | 0,115 | 0,66 | 0,08 | 300 | | |
| Stangenbohne | Hülse + Korn | 8 | 0,25 | 0,092 | 0,30 | 0,04 | 250 | | |
| Süßkartoffel | Knolle | 21 | 0,26 | 0,090 | 0,42 | 0,03 | 400 | | |
| Teltower Rübchen, Herbstanbau | Rübe mit Blatt | 20 | 0,45 | 0,241 | 0,66 | 0,08 | 150 | | |
| Tomate | Frucht | 5 | 0,30 | 0,050 | 0,39 | 0,03 | 600 | | |
| Weißkohl, Frischmarkt- | Kopf | 9 | 0,20 | 0,073 | 0,31 | 0,03 | 700 | | |
| Weißkohl, Industrie- | Kopf | 9 | 0,20 | 0,073 | 0,31 | 0,03 | 1000 | | |
| Wirsing | Kopf | 10 | 0,35 | 0,115 | 0,39 | 0,03 | 400 | | |
| Zucchini | Frucht | 5 | 0,16 | 0,060 | 0,20 | 0,03 | 650 | | |
| Zuckerhut | Kopf | 8 | 0,20 | 0,115 | 0,30 | 0,02 | 600 | | |
| Zuckermais | Kolben | 22 | 0,35 | 0,160 | 0,26 | 0,06 | 200 | | |
| Zwiebel, Bund- | Zwiebel mit Laub | 10 | 0,20 | 0,060 | 0,24 | 0,03 | 680 | | |
| Zwiebeln Säschalotten | Zwiebel | 20 | 0,25 | 0,131 | 0,32 | 0,04 | 400 | | |
| Zwiebel, Trocken- | Zwiebel | 14 | 0,18 | 0,080 | 0,24 | 0,03 | 600 | | |

Quelle: Bayerische Landesanstalt für Weinbau und Gartenbau (LWG)