



hello@glulu.hu



@glulusfreefrom



GLUTEN FREE



NO ADDED SUGAR



100% gluten free production site, certified by European Vegan & Coeliac Society. Premium quality, gluten free ingredients.

100% gluten freie Produktionsstätte, zertifiziert von der European Vegan & Coeliac Society. Hochwertige, gluten freie Zutaten.



Sweet & savoury snacks, in 12 popular flavors. 8 sugar free cookie, 4 cookie with added sugar.

Süße und herzhaft Snacks in 12 beliebten Geschmacksrichtungen. 8 Kekssorten ohne Zuckerzusatz, 4 Kekssorten mit Zuckerzusatz.



Award winning snacks and deep frosted bakery products.

Preisgekrönte Snacks und tiefgefrorene Backwaren.



100g



12x



210x



9 months shelf life.

9 Monate Haltbarkeit.



Cracker with cheese

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE,
SOY FREE, EGG FREE, NO ADDED SUGAR.

Ingredients: brown rice flour, water, coconut oil, coconut milk (coconut extract 70%, water, emulsifier [E435]), millet flour, vegan cheese (water, coconut oil (23%), potato starch, modified starch, sea salt, vegan flavoring, olive extract, coloring: beta-carotene), gluten free inactive brewer's yeast flakes, tapioca starch, Himalayan salt, **sesame seeds**, lemon juice, grape seed flour, raising agent (sodium bicarbonate). **May contain traces of almond!**

Käsecracker

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI,
SOJAFREI, EIFREI, KEIN ZUGESETZTER ZUCKER.

Zutaten: braunes Reismehl, Wasser, Kokosöl, Kokosmilch (Kokosextrakt 70%, Wasser, Emulgator [E435]), Hirsemehl, veganer Käse (Wasser, Kokosöl (23%), Kartoffelstärke, modifizierte Stärke, Meersalz, veganes Aroma, Olivenextrakt, Färbung: Beta-Carotin), glutenfreie inaktive Bierhefeflocken, Tapiokastärke, Himalaya-Salz, **Sesamkörner**, Zitronensaft, Traubenkernmehl, Treibmittel (Natrium-bicarbonat). **Kann Spuren von Mandeln enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	2194 kJ / 530 Kcal
Fat/ Fett	26 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	21 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	48 g
of which sugars/ davon Zucker	1 g
Fibre/ Ballaststoffe	4,5 g
Protein/ Eiweiß	5 g
Salt/ Salz	0,99 g



VEGAN

GLUTEN FREE
HU-021-017

NO ADDED
SUGAR



Sour cherry & chocolate cookie

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE, NO ADDED SUGAR.

Ingredients: water, coconut oil, brown rice flour, gluten free oat flour, sweetener (erythritol), brown rice porridge, sugar free dark chocolate 5% (erythritol, cocoa mass, cocoa butter, emulsifier: sunflower lecithin), bamboo fiber, raising agent (sodium bicarbonate), natural sour cherry flavour 0,18% (flavorings, flavor preparations, ethyl alcohol, propylene glycol, triacetin), Himalayan salt. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Kirsch-Schokoladenkekse

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI, KEIN ZUGESETZTER ZUCKER.

Zutaten: Wasser, Kokosnussöl, braunes Reismehl, Glutenfreies Harfermehl, Süßstoff (Erythrit), brauner Reisgrieß, zuckerfreie Zartbitterschokolade 5% (Erythrit, Kakaomasse, Kakaobutter, Emulgator: Sonnenblumenlecithin), Bambusfaser, Treibmittel (Natrium-bicarbonat), natürliches Kirscharoma 0,18% (Propylene glycol (E1520) 91 %), Himalayansalz. **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1756 kJ / 422 Kcal
Fat/ Fett	27 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	22 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	59 g
of which sugars/ davon Zucker	3 g
Fibre/ Ballaststoffe	6,5 g
Protein/ Eiweiß	3,5 g
Salt/ Salz	0,11g



GLUTEN FREE
Oats/zab HU-021-014

NO ADDED SUGAR



Grissini with chili

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE,
SOY FREE, EGG FREE, NO ADDED SUGAR.

Ingredients: water, brown rice flour, millet flour, coconut oil, tapioca starch, chili flakes 0,5%, psyllium husk, Himalayan salt, gluten free inactive brewer's yeast flakes, raising agent (sodium bicarbonate). **May contain traces of almond and sesame seed!**

Zuckerfreie Chili Grissini

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI,
SOJAFREI, EIFREI, KEIN ZUGESETZTER ZUCKER.

Zutaten: Wasser, braunes Reismehl, Hirsemehl, Kokosnussöl, Tapiokastärke, Chiliflocken, Flohsamenschalen, Himalayasalz, Hefeflocken, Treibmittel (Natrium-bicarbonat). **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1749 kJ / 425 Kcal
Fat/ Fett	20 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	16 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	60 g
of which sugars/ davon Zucker	<0,5 g
Fibre/ Ballaststoffe	6,2 g
Protein/ Eiweiß	3 g
Salt/ Salz	2,3 g



VEGAN

GLUTEN FREE
HU-021-018

NO ADDED
SUGAR



Vanilla cookies

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE.

Ingredients: water, sugar, brown rice flour, coconut oil, white rice flour, white rice porridge, gluten free oat flour, baking powder (bulking agents (sodium carbonates, diphosphates), corn starch), psyllium husk, natural vanilla flavour 0,2% (flavorings, propylene glycol), raising agent (sodium bicarbonate), Himalayan salt. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Vanille kekse

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI.

Zutaten: Wasser, Zucker, braunes Reismehl, Kokosnussöl, weißes Reismehl, weißer Reisgrieß, glutenfreies Hafermehl, Backpulver (Füllstoffe (Natriumcarbonate, Diphosphate), Maisstärke), Flohsamenschalen, natürliches Vanillearoma 0,2% (Aroma, Propylene glycol E1520), Treibmittel (Natrium-bicarbonat), Himalaya-Salz. **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1820 kJ / 436 Kcal
Fat/ Fett	19 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	17 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	65 g
of which sugars/ davon Zucker	22 g
Fibre/ Ballaststoffe	3,2 g
Protein/ Eiweiß	3,1 g
Salt/ Salz	0,13 g



GLUTEN FREE
Oats/zab HU-021-016



Grissini with sesame & chia seeds

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE, SUGAR FREE.

Ingredients: water, brown rice flour, millet flour, coconut oil, tapioca starch, psyllium husk, Himalayan salt, **sesame seeds** 1,5%, chia seeds (Salvia hispanica) 1,5%, gluten free inactive brewer's yeast flakes, raising agent (sodium bicarbonate). The recommended daily intake of chia seeds is a maximum of 15g / day **May contain traces of almond!**

Zuckerfreie Grissini

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI, ZUCKERFREI.

Zutaten: Wasser, braunes Reismehl, Hirsemehl, Kokosnussöl, Tapiokastärke, Flohsamenschalen, Himalaya-Salz, 1,5% **Sesamkörner**, 1,5% Chiakörner, Hefeflocken, Treibmittel (Natrium-bicarbonat). Die empfohlene tägliche Aufnahme von Chiakörnern beträgt maximal 15g/Tag. **Kann Spuren von Mandeln enthalten!**

Average nutritional value per 100g / Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1942 kJ / 472 Kcal
Fat/ Fett	23 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	18 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	65 g
of which sugars/ davon Zucker	<0,5 g
Fibre/ Ballaststoffe	7,6 g
Protein/ Eiweiß	4 g
Salt/ Salz	0,99 g





Cranberry cookie

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE.

Ingredients: water, sugar, coconut oil, brown rice flour, white rice flour, white rice porridge, gluten free oat flour, dried cranberry 5% (dried cranberry, sugar, sunflower oil), baking powder (bulking agents (sodium carbonates, diphosphates), corn starch), psyllium husk, raising agent (sodium bicarbonate), Himalayan salt. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Preiselbeer kekse

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI.

Zutaten: Wasser, Zucker, Kokosnussöl, braunes Reismehl, weißes Reismehl, weißer Reisgriß, glutenfreies Hafermehl, getrocknete Preiselbeeren 5% (getrocknete Preiselbeeren, Zucker, Sonnenblumenöl), Backpulver (Füllstoffe (Natriumcarbonate, Diphosphate), Maisstärke), Flohsamenschalen, Treibmittel (Natrium-bicarbonat), Himalaya-Salz. **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	2071 kJ / 496 Kcal
Fat/ Fett	21g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	18g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	76g
of which sugars/ davon Zucker	28g
Fibre/ Ballaststoffe	3,8g
Protein/ Eiweiß	3,5g
Salt/ Salz	0,13g



GLUTEN FREE
Oats/zab HU-021-006



Sugar free lemon

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE,
SOY FREE, EGG FREE, SUGAR FREE.

Ingredients: water, coconut oil, brown rice flour, gluten free oat flour, sweetener (erythritol), brown rice porridge, bamboo fiber, ground orange peel, raising agent (sodium bicarbonate), natural lemon oil flavour 0,18% (natural flavorings, flavoring preparations, flavorings, ethyl alcohol, benzyl alcohol, antioxidant: BHA), Himalayan salt. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Zuckerfreie zitronenkekse

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI,
SOJAFREI, EIFREI, ZUCKERFREI.

Zutaten: Wasser, Kokosnussöl, braunes Reismehl, Glutenfreies Hafermehl, Süßstoff (Erythrit), brauner Reisgrieß, Bambusfaser, geriebene Orangenschalen, Treibmittel (Natrium-bicarbonat), natürliches Zitronenaroma, 0,18% (Antioxidant E320 0,02%), Himalayansalz. **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1692 kJ / 407 Kcal
Fat/ Fett	26 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	22 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	58 g
of which sugars/ davon Zucker	<0,5 g
Fibre/ Ballaststoffe	6,7 g
Protein/ Eiweiß	3,3 g
Salt/ Salz	0,12 g





Sugar free cookie with coconut

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE, SUGAR FREE.

Ingredients: water, brown rice flour, coconut oil, sweetener (erythritol), gluten free oat flour, sorghum flour, brown rice porridge, coconut flakes 3%, bamboo fiber, coconut aroma (flavorings, propylene glycol), bulking agent (sodium bicarbonate), Himalayan salt. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Zuckerfreie Kokoskekse

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI, ZUCKERFREI.

Zutaten: Wasser, braunes Reismehl, Kokosnussöl, Süßstoff (Erythrit), Glutenfreie Hafermehl, Hirsemehl, brauner Reisgrieß, 3% Kokosraspeln, Bambusfaser, Kokosaroma (Aromen, Propylenglykol), Treibmittel (Natrium-bicarbonat), Himalaya-Salz. **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1787 kJ / 430 Kcal
Fat/ Fett	28 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	24 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	62 g
of which sugars/ davon Zucker	<0,5 g
Fibre/ Ballaststoffe	6,4 g
Protein/ Eiweiß	2,8 g
Salt/ Salz	0,1 g



GLUTEN FREE
Oats/zab HU-021-007

NO ADDED SUGAR

Choco cookie with sugar free chocolate

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE, NO ADDED SUGAR.

Ingredients: water, gluten free oat flour, brown rice flour, coconut oil, sweetener (erythritol), sugar free dark chocolate (erythritol, cocoa paste, cocoa butter, emulsifier: sunflower lecithin), coconut milk (coconut extract 70%, water, emulsifier [E435]), millet flour, gluten free oat flakes, psyllium husk, lemon juice, Himalayan salt, raising agent (sodium bicarbonate), cocoa powder. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Kekse mit zuckerfreier Schokolade

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI, KEIN ZUGESETZTER ZUCKER.

Zutaten: Wasser, glutenfreies Hafermehl, braunes Reismehl, Kokosnussöl, Süßstoff (Erythrit), 5% zuckerfreie Zartbitterschokolade (Erythrit, Kakaomasse, Kakaobutter, Emulgator: Sonnenblumenlecithin), Kokosmilch (Kokosextrakt 70%, Wasser, Emulgator [E435]), Hirsemehl, glutenfreie Haferflocken, Flohsamenschalen, Zitronensaft, Himalaya-Salz, Treibmittel (Natrium-bicarbonat), Kakaopulver. **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1723 kJ / 413 Kcal
Fat/ Fett	26 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	20 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	55 g
of which sugars/ davon Zucker	4,9 g
Fibre/ Ballaststoffe	7 g
Protein/ Eiweiß	6,3 g
Salt/ Salz	0,34 g



VEGAN



GLUTEN FREE

Oats/zab HU-021-009



NO ADDED SUGAR





Chocolate cookie with apple & cinnamon

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE.

Ingredients: water, sugar, brown rice flour, coconut oil, white rice flour, white rice porridge, dark chocolate 6% (cocoa paste, sugar, cocoa butter, low fat cocoa powder, emulsifier: sunflower lecithin, flavour), gluten free oat flour, baking powder (bulking agents (sodium carbonates, diphosphates), corn starch), psyllium husk, cinnamon 0,3%, natural apple flavour 0,2% (flavorings, propylene glycol), raising agent (sodium bicarbonate), Himalayan salt. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Apfel-Zimt Kekse mit Schokolade

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI.

Zutaten: Wasser, Zucker, braunes Reismehl, Kokosnussöl, weißes Reismehl, weißer Reisgrieß, glutenfreies Hafermehl, Backpulver (Füllstoffe (Natriumcarbonate, Diphosphate), Maisstärke), Flohsamenschalen, Zimt 0,3%, natürliches Apfelaroma 0,2% (Propylene glycol E 1520 95,5%), Treibmittel (Natrium-bicarbonate), Himalaya-Salz **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	1789 kJ / 429 Kcal
Fat/ Fett	18 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	16 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	67 g
of which sugars/ davon Zucker	21 g
Fibre/ Ballaststoffe	7,4 g
Protein/ Eiweiß	3,3 g
Salt/ Salz	0,12 g



GLUTEN FREE
Oats/zab HU-021-015



Chocolate cookie

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE.

Ingredients: water, sugar, coconut oil, brown rice flour, white rice flour, white rice porridge, dark chocolate 7% (cocoa paste, sugar, cocoa butter, low fat cocoa powder, emulsifier: sunflower lecithin, flavour), gluten free oat flour, baking powder (bulking agents (sodium carbonates, diphosphates), corn starch), psyllium husk, raising agent (sodium bicarbonate), Himalayan salt. **May contain traces of almond and sesame seed!**

Schokoladenkekse

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI.

Zutaten: Wasser, Zucker, Kokosnussöl, braunes Reismehl, weißes Reismehl, weißer Reisgrieß, Zartbitterschokolade 7% (Kakaomasse, Zucker, Kakaobutter, Kakaopulver, Emulgator: Lecithine (Sonnenblumen), Aroma), glutenfreie Haferflocken, Backpulver (Füllstoffe (Natriumcarbonate, Diphosphate), Maisstärke), Flohsamenschalen, Treibmittel (Natrium-bicarbonat), Himalaya-Salz. **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	2055 kJ / 492 Kcal
Fat/ Fett	22 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	19 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	70 g
of which sugars/ davon Zucker	25 g
Fibre/ Ballaststoffe	3,2 g
Protein/ Eiweiß	4 g
Salt/ Salz	0,13 g



GLUTEN FREE
Oats/zab HU-021-005



Cracker with linseed

GLUTEN FREE, LACTOSE FREE, DAIRY FREE, SOY FREE, EGG FREE, NO ADDED SUGAR.

Ingredients: brown rice flour, water, gluten free oat flour, coconut oil, coconut milk (coconut extract 70%, water, emulsifier [E435]), linseeds 5%, sorghum flour, Himalayan salt, lemon juice, grape seed flour, raising agent (sodium bicarbonate). **May contain traces of almond and sesame seed!**

Cracker mit Leinsamen

GLUTENFREI, LAKTOSEFREI, MILCHFREI, SOJAFREI, EIFREI, KEIN ZUGESETZTER ZUCKER.

Zutaten: braunes Reismehl, Wasser, glutenfreies Hafermehl, Kokosnussöl, Kokosmilch (Kokosextrakt 70%, Wasser, Emulgator [E435]), 5% Leinsamen, Hirsemehl, Himalaya-Salz, Zitronensaft, Traubenkernmehl, Treibmittel (Natrium-bicarbonate). **Kann Spuren von Mandeln und Sesam enthalten!**

Average nutritional value per 100g/ Durchschnittliche Nährwertangaben pro 100g

Energy/ Energiegehalt/	2174 kJ / 522 Kcal
Fat/ Fett	32 g
of which saturates/ davon gesättigte Fettsäuren	26 g
Carbohydrate/ Kohlenhydrate	55 g
of which sugars/ davon Zucker	1 g
Fibre/ Ballaststoffe	7 g
Protein/ Eiweiß	4,6 g
Salt/ Salz	2,7 g



VEGAN

GLUTEN FREE
Oats/zab-HU-021-002

NO ADDED
SUGAR