



Tabela wartości odżywczych

	INFORMACJA O ALERGENACH														GLUTEN	SOJA	ORZECHY	ORZEZKI ZIEMNE	ZIARNO SEZAMU	MLEKO	JAJA	RYBY	SKORUPIAKI	SELER	DWUTLENEK SIARKI	GORCZYCA		
	ENERGIA		BIAŁKO		WEGLO-WODANY		CUKRY PROSTE		TŁUSZCZE		KWASY TŁUSZCZOWE NASYCO-NE (g)		BŁONNIK														SÓL	
	(kcal)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA													(g)	% GDA
SALATKI																												
Salatka mała	10	1	1	1	2	1	1	1	0	0	0	0	2	8	0	0												
Salatka Kurczak Premium	365	18	27	36	24	9	5	5	18	27	7	32	4	16	2	40	+						+					
SOSY DO SALATEK																												
Sos Cesarski	100	5	2	3	3	1	2	2	9	13	1	5	0	0	0,8	16												
Sos Cesarski niskokaloryczny	30	30	1	1	4	1	2	2	1	1	1	5	0	0	0,6	12												
Sos 1000 Wysp	85	4	0,5	1	18	7	n.b.	n.b.	8	12	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	+	+										
Sos Winegret	195	10	0,15	0	1,5	1	n.b.	n.b.	20	30	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	+	+										
Sos czosnkowy	62	3	0	0	2	1	2	2	6	9	1	5	0	0	1	20												
KANAPKI																												
Hamburger	255	13	13	17	30	11	7	7	9	13	3	14	2	8	1,3	26	+	+			!			+				
Cheeseburger	300	15	16	21	30	11	7	7	13	19	6	27	2	8	1,7	34	+	+			!	+			+			
Big Mac®	495	25	27	36	40	15	8	8	25	37	10	45	3	12	2,3	46	+	+			+	+	+			+		
McRoyal®	505	25	32	43	34	12	9	9	27	40	13	59	3	12	2,6	56	+	+			+	+				+		
WieśMac®	525	26	26	35	31	11	7	7	33	49	10	45	9	36	2	40	+	+			+	+				+		
McChicken®	420	21	22	29	40	15	7	7	19	28	3	14	7	28	3	60	+	+			+	+				+		
Tortilla z kurczakiem	530	27	21	28	84	31	n.b.	n.b.	22	33	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	+	+								+		
Filet-O-Fish®	350	18	15	20	37	13	5	5	16	24	3	14	1	4	1,7	34	+	+			!	+	+			+		
Kurczak Premium	495	25	25	33	56	20	5	5	19	28	2	9	3	12	3,0	60	+	!			!	+	+				+	
Pikantny Kuczakburger	335	17	15	20	39	14	7	7	13	19	2,1	10	5	20	2,3	46	+	+			!		+				+	
EKSTRAKĄSKI																												
McNuggets® (4 szt.)	170	9	11	15	11	4	0	0	9	13	2	9	1	4	0,8	16	+										+	
McNuggets® (6 szt.)	250	13	17	23	16	6	0	0	13	19	3	14	1	4	1,3	26	+										+	
McNuggets® (9 szt.)	380	19	25	33	25	9	0	0	20	30	4	18	2	8	1,9	38	+										+	
FRYTKI																												
Frytki małe	235	12	3	4	29	11	0	0	12	18	2	9	2	8	0,9	18												
Frytki średnie	340	17	5	7	42	15	1	1	17	25	3	14	4	16	1,3	26												
Frytki duże	470	24	7	9	59	21	1	1	23	34	4	18	5	20	1,8	36												
DODATKI																												
Ketchup	35	2	0	0	8	3	7	7	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0,9	18		+										
Sos Słodko-kwaśny 25 ml	50	3	0	0	12	4	10	11	0	0	0	0	0	0	0,4	8	+	+										
Sos Barbecue 25 ml	40	2	0	0	10	4	9	9	0	0	0	0	0	0	0,7	14		+									+	
Sos Musztardowy 25 ml	60	3	1	1	7	3	6	6	3	4	0	0	0	0	0,6	12		+									+	
DESERY																												
Owocogurt	230	12	6	8	28	10	n.b.	n.b.	11	16	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0,1	2	+	+										
Shake czekoladowy 250 ml	220	11	6	8	35	13	29	31	6	9	4	18	1	4	0,5	10	!										+	
Shake czekoladowy 400 ml	340	17	9	12	56	20	46	48	9	13	6	27	1	4	0,8	16	!										+	
Shake waniliowy 250 ml	210	11	5	7	36	13	33	35	5	7	4	18	0	0	0,3	6	!										+	
Shake waniliowy 400 ml	345	17	9	12	57	21	52	55	9	13	6	27	1	4	0,5	10	!										+	
Shake truskawkowy 250 ml	215	11	5	7	37	13	33	35	5	7	4	18	0	0	0,3	6	!										+	
Shake truskawkowy 400 ml	355	18	9	12	59	21	53	56	9	13	6	27	1	4	0,5	10	!										+	
Ciastko jabłkowe	210	11	2	3	26	9	8	8	11	16	3	14	2	8	0,4	8	+										+	
Ciastko czekoladowe	190	10	2	3	21	8	14	15	11	16	4	18	0	0	0,4	8	+	+									+	
Ciastko cappuccino	210	11	3	4	23	8	16	17	12	18	3	14	1	4	0,5	10	+	+									+	
McFlurry® Lion	285	14	5,6	7	43	16	n.b.	n.b.	10	15	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0,36	7	+	+			+						+	
Lody małe (rożek)	135	7	3	4	22	8	16	17	4	6	3	14	0	0	0,2	4	+	+									+	
Lody duże w kubku:																												
z polewą czekoladową	275	14	5	7	44	16	38	40	9	13	7	32	1	4	0,4	8											+	
z polewą truskawkową	230	12	4	5	42	15	35	37	5	7	4	18	1	4	0,2	4											+	
z polewą karmelową	295	15	5	7	53	19	40	42	7	10	5	23	0	0	0,4	8											+	

	INFORMACJA O ALERGENACH														GLUTEN	SOJA	ORZECHY	ORZEZKI ZIEMNE	ZIARNO SEZAMU	MLEKO	JAJA	RYBY	SKORUPIAKI	SELER	DWUTLENEK SIARKI	GORCZYCA		
	ENERGIA		BIAŁKO		WEGLO-WODANY		CUKRY PROSTE		TŁUSZCZE		KWASY TŁUSZCZOWE NASYCO-NE (g)		BŁONNIK														SÓL	
	(kcal)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA	(g)	% GDA													(g)	% GDA
NAPOJE																												
Coca-Cola mała	110	6	0	0	27	10	27	28	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Coca-Cola średnia	170	9	0	0	42	15	42	44	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Coca-Cola duża	215	11	0	0	53	19	53	56	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Coca-Cola light mała	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Coca-Cola light średnia	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Coca-Cola light duża	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Fanta mała	100	5	n.b.	n.b.	25	9	24	25	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Fanta średnia	160	8	n.b.	n.b.	40	15	39	41	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Fanta duża	200	10	n.b.	n.b.	50	18	49	52	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Sprite mały	105	5	0	0	25	9	25	26	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Sprite średni	165	8	0	0	40	15	40	42	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Sprite duży	205	10	0	0	51	19	51	54	0	0	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Lipton Ice Tea Lemon mała	70	4	n.b.	n.b.	17	6	17	18	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Lipton Ice Tea Lemon średnia	115	6	n.b.	n.b.	27	10	27	28	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Lipton Ice Tea Lemon duża	140	7	n.b.	n.b.	34	12	34	36	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	n.b.	0	0												
Ice Tea Lemon (butelka) 0,5 l	140	7	0	0	33	12	n.b.	n.b.	0	0</																		