

TABELA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYCH



ALERGENY	ENERGIA (kJ)			ENERGIA (kcal)			TŁUSZCZE (g)			KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY (g)			WĘGLOWODANY (g)			CUKRY PROSTE (g)			BŁONNIK (g)			BIAŁKO (g)			SÓL (g)			
	RI = 8400 kJ			RI = 2000 kcal			RI = 70 g			RI = 20 g			RI = 260 g			RI = 90 g			-			RI = 50 g			RI = 6 g			
	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	
OFERTA KLASYCZNA																												
Hamburger	1a, 7, 10, 11	1017	1063	13	242	253	13	8,2	8,5	12	3,2	3,4	17	29	30	12	6,1	6,4	7	1,8	1,9	12	13	26	1,1	1,2	20	
Cheeseburger	1a, 7, 10, 11	1067	1266	15	254	302	15	10	12	18	5,1	6	30	26	31	12	5,8	6,9	8	1,6	1,9	13	16	31	1,4	1,6	27	
Big Mac	1a, 3, 7, 10, 11	972	2106	25	232	503	25	12	25	36	4,5	9,7	49	19	42	16	3,9	8,5	9	1,4	3,1	12	26	52	1	2,2	37	
McRoyal	1a, 7, 10, 11	1066	2179	26	255	521	26	13	27	39	6,6	14	68	18	37	14	4,6	9,5	11	1,1	2,2	15	32	63	1,3	2,6	44	
WiesMac	1a, 3, 7, 10, 11, 12	1064	2421	29	255	581	29	16	37	52	5,3	12	60	14	33	13	3,1	7,1	8	1,1	2,5	13	30	59	0,81	1,9	31	
McChicken	1a, 1c, 3, 7, 10, 11	956	1791	21	228	427	21	9,3	17	25	1,2	2,3	12	24	45	17	3,4	6,4	7	1,5	2,7	11	21	42	1	1,9	32	
Filet-O-Fish	1a, 3, 4, 7, 9, 10, 11	1015	1391	17	242	331	17	9,7	13	19	1,9	2,6	13	27	37	14	3,5	4,8	5	1,4	2	11	15	31	1,1	1,5	24	
Kurczakburger	1a, 7, 11	1015	1294	15	241	308	15	8,4	11	15	1,3	1,7	8	31	40	15	5,6	7,1	8	1,8	2,3	9,2	12	23	1,3	1,6	27	
Jalapeño Burger	1a, 3, 7, 10, 11	1067	1244	15	255	297	15	12	14	20	3,3	3,9	19	25	29	11	4,6	5,4	6	1,5	1,7	11	13	27	1,08	1,26	21	
Chikken	1a, 1c, 3, 7, 10, 11	1117	1665	20	267	397	20	12	18	26	1,4	2,1	11	28	42	16	4,3	6,4	7	2	2,9	9,7	15	29	1,2	1,8	29	
McDouble	1a, 7, 10, 11	1049	1646	20	251	393	20	12	19	27	5,8	9	45	19	31	12	4,6	6,9	8	1,3	1,9	15	24	47	1,3	2	33	
McWrap - Klasyczny Chrupiący Kurczak	1a, 3, 7, 10	794	2038	24	189	486	24	7,2	18	26	1,8	4,7	24	21	54	21	3,4	8,6	10	1,5	3,7	9,3	24	48	1,3	3,4	56	
McWrap - Bekon DeLuxe Chrupiący Kurczak	1a, 3, 7, 10	973	2449	29	233	586	29	12	30	43	2,1	5,4	27	20	51	19	2,7	6,8	8	1,5	3,8	10	26	51	1,2	3,1	51	
SALATKI																												
Salatka		76	81	1	18	19	1	0,2	0,2	0	0,0	0,0	0	3,4	3,6	1	2,0	2,2	25	1,6	1,7	1,1	1,1	2	0,07	0,08	1	
Salatka Kurczak Premium	1a, 1c, 3, 7	501	1359	16	120	325	16	6,3	17	24	2	5,5	28	7	19	7	1,5	4	4	1,3	3,5	9	24	49	0,55	1,49	25	
SOSY DO SALATEK																												
Oliwa z oliwek		3367	615	7	819	150	7	91	17	24	15	2,7	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sos 1000 wysp	3, 7, 9, 10	839	342	4	203	83	4	20	8	11	1,6	0,7	3	6,7	2,7	1	5	2	2	0,3	0,1	1,2	0,5	1	1,5	0,61	10	
Sos winogret	10	1967	771	9	478	187	9	52	20	29	3,6	1,4	7	2,9	1,1	0	3	1	1	0,5	0,2	0,3	0,1	0	1,8	0,71	12	
Sos czosnkowy	7	680	277	3	164	67	3	15	6,1	9	1	0,4	2	7,3	3	1	5	2	2	0,6	0,2	0,7	0,3	1	2,3	0,94	16	
Sos jogurtowo-koperkowy	3, 7, 9, 10	315	132	2	75	31	2	2,9	1,2	2	0,6	0,3	1	11	4,5	2	8	3	4	0,3	0,1	1,1	0,5	1	2,1	0,88	15	
GRZANKI																												
Grzanki	1a, 6, 7, 8a-h, 11	1732	242	3	410	57	3	8	1	2	1	0,1	1	77	11	4	7	1	1	5	0,7	11	1,5	3	2	0,28	5	
EKSTRAKASI																												
Kurczak McNuggets - (4 szt.)	1a, 9	1043	747	9	249	179	9	13	9,1	13	1,5	1,1	6	17	12	5	0,4	0,3	0	1,3	0,9	16	11	22	1,2	0,85	14	
Kurczak McNuggets - (6 szt.)	1a, 9	1043	1120	13	249	268	13	13	14	20	1,5	1,7	8	17	19	7	0,4	0,4	0	1,3	1,4	16	17	34	1,2	1,3	21	
Kurczak McNuggets - (9 szt.)	1a, 9	1043	1680	20	249	402	20	13	21	29	1,5	2,5	12	17	28	11	0,4	0,6	1	1,3	2,1	16	25	51	1,2	1,9	32	
Kurczak McNuggets - (20 szt.)	1a, 9	1043	3734	44	249	893	45	13	46	65	1,5	5,5	28	17	62	24	0,4	1,4	2	1,3	4,6	16	56	112	1,2	4,2	71	
Chicken Wings (3 szt.)	1a, 3, 7, 9	1180	1522	18	283	365	18	19	24	34	4	5,2	26	11	14	5	0,8	1	1	0,4	0,5	18	24	47	1,3	1,7	28	
Chicken Wings (5 szt.)	1a, 3, 7, 9	1180	2537	30	283	608	30	19	40	57	4	8,6	43	11	23	9	0,8	1,7	2	0,4	0,9	18	40	79	1,3	2,8	47	
Chicken Wings (8 szt.)	1a, 3, 7, 9	1180	4059	48	283	974	49	19	64	91	4	14	69	11	37	14	0,8	2,8	3	0,4	1,4	18	63	127	1,3	4,5	75	
Chicken Strips (3 szt.)	1a, 1c	927	1321	16	222	316	16	11	16	22	1,9	2,7	14	14	20	8	0,1	0,1	0	1,1	1,6	17	24	47	1,3	1,9	31	
Chicken Strips (5 szt.)	1a, 1c	927	2202	26	222	527	26	11	26	37	1,9	4,5	23	14	33	13	0,1	0,2	0	1,1	2,6	17	39	79	1,3	3,1	52	
Musli & jogurt	1a-d, 7, 8a-b, 8d-e	748	1234	15	178	294	15	6,5	11	15	3,2	5,2	26	24	40	15	13	21	24	1,4	2,3	5,2	8,6	17	0,22	0,37	6	
Pomidorki		121	84	1	29	20	1	0,8	0,6	1	0,0	0,0	0	3,6	2,5	1	3,6	2,5	3	1,6	1,1	1,0	0,7	1	0,04	0,03	0	
OFERTA ŚNIADANIOWA																												
McTost. Pieczarki i Ser	1a, 7, 11	1139	1218	15	272	291	15	13	14	20	7,8	8,4	42	27	28	11	5,1	5,4	6	2,5	2,6	10	11	22	1,5	1,6	27	
McTost. Bekon i Ser	1a, 7, 11	1378	1236	15	328	294	15	13	13	19	8,1	7,3	36	32	29	11	5,5	4,9	5	1,6	1,4	16	14	29	1,95	1,75	29	
McTost. Szynka i Ser	1a, 7, 11	1116	1113	13	265	264	13	10	10	15	5,8	5,8	29	29	29	11	5,0	5,0	6	1,5	1,4	14	14	28	1,95	1,94	32	
McMuffin - Jajko	1a-c, 3, 7, 11	970	1159	14	231	276	14	11	13	18	5,2	6,3	31	22	26	10	1,8	2,2	2	1,3	1,6	12	14	28	0,97	1,2	20	
McMuffin - Jajko i Bekon	1a-c, 3, 7, 11	977	1327	16	233	317	16	11	15	22	5	6,8	34	19	26	10	1,6	2,2	2	1,4	1,9	13	18	36	0,99	1,3	22	
McMuffin - Wiewiórzowy z Jajkiem	1a-c, 3, 7, 11	1042	1741	21	249	416	21	14	24	34	6,3	11	53	16	26	10	1,5	2,6	3	1	1,6	14	23	47	1,1	1,8	30	
McMuffin - Farmerski	1a-c, 3, 7, 10, 11, 12	1253	1595	19	300	382	19	18	23	32	6,1	7,9	40	21	26	10	2,2	2,8	3	1,4	1,7	14	18	36	1,4	1,8	30	
Kajzerka Kurczak Premium	1a, 1c, 3, 6, 7, 10, 11	838	1832	22	199	436	22	7,4	16	23	0,8	1,8	9	23	50	19	1,4	3	3	1,5	3,3	9,5	21	42	1	2,2	36	
Kajzerka Kurczak Premium Wielozłarnista	1a-e, 3, 6, 7, 8a-c, 10, 11	843	1842	22	201	439	22	9	20	28	1	2,1	11	19	42	16	1,5	3,2	4	1,2	9,2	9,9	22	43	0,94	2,1	34	
Podwójna Kajzerka Wiewiórzowa DeLuxe	1a, 3, 6, 7, 10, 11	1067	2429	29	255	581	29	15	34	49	5,7	13	65	16	37	14	1,3	2,9	3	4,2	2,2	2,6	13	30	59	1,4	3,1	52
Podwójna Kajzerka Wiewiórzowa DeLuxe Wielozłarnista	1a-e, 3, 6, 7, 8a-c, 10, 11	1063	2385	28	255	572	29	16	37	53	5,7	13	64	13	29	11	1,5	3,4	4	3,7	8,4	13	30	60	1,3	3	50	
Kajzerka Jajko i Pieczarki	1a-d, 3, 6, 7, 10, 11	888	1788	21	212	427	21	11	23	33	5,4	11	54	19	38	15	1,1	2,2	2	2,3	4,5	7,7	16	31	0,98	2	33	
Kajzerka Jajko i Pieczarki Wielozłarnista	1a-d, 3, 6, 7, 8a-c, 10, 11	890	1792	21	213	429	21	13	26	38	5,5	11	55	15	30	12	1,3											

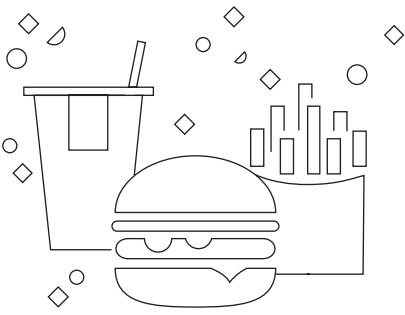


TABELA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYCH



ALERGENY	ENERGIA (kJ)			ENERGIA (kcal)			TŁUSZCZE (g)			KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE (g)			WĘGLOWODANY (g)			CUKRY PROSTE (g)			BŁONNIK (g)		BIAŁKO (g)			SÓL (g)					
	RI = 8400 kJ			RI = 2000 kcal			RI = 70 g			RI = 20 g			RI = 260 g			RI = 90 g			-		RI = 50 g			RI = 6 g					
	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)			
PRODUKTY PROMOCYJNE																													
Maestro Fresh Deluxe	1a, 3, 7, 10, 11	939	2719	32	224	650	32	12	34	49	5,2	15	75	15	42	16	2,9	8,4	9	1,1	3,2	14	39	79	0,83	2,4	40		
Maestro Grilled Cheese	1a, 7, 10, 11	1151	3350	40	275	801	40	16	46	66	7,7	23	113	15	43	16	2,4	7,0	8	1,1	3,2	17	49	98	1,4	4,1	69		
Maestro Chicken & Curry	1a, 7, 9, 10, 11, 12	819	2382	28	195	568	28	7,5	22	31	2,7	7,9	39	19	54	21	5,2	15	17	0,8	2,3	13	37	73	1,3	3,6	61		
Premium Fries		985	1330	16	235	317	16	10	14	20	1,2	1,6	8	31	41	16	0,2	0,3	0	3,3	1,2	3,3	4,5	3,3	4,5	9	0,81	1,1	18
Sos śmietanowy	3, 7, 10	1783	446	5	432	108	5	43	11	15	5,5	1,4	7	9,2	2,3	1	8,5	2,1	2	0,4	0,1	1,9	0,5	1	1,8	0,45	8		
Podwójny McRoyal	1a, 7, 10, 11	1078	3177	38	258	761	38	15	45	64	7,4	22	108	12	36	14	3,4	10	11	0,8	2,3	18	52	105	1	3	51		
Podwójny McRoyal - Pikantny	1a, 3, 7, 10, 11	1095	3442	41	263	826	41	17	52	75	7,2	23	113	11	36	19	2,6	8,1	9	0,8	2,4	17	53	105	1	3,1	52		
Podwójny WiesMac	1a, 3, 7, 10, 11	1142	3896	46	274	934	47	19	65	93	6,8	23	116	10	34	13	2,4	8,2	9	0,8	2,7	16	53	106	0,85	2,9	48		
McFlurry - Lion- z nutą czekoladowo-pomarańczową	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-e	831	1568	19	197	373	19	6,3	12	17	4,3	8,1	40	31	58	22	27	50	56	0,5	0,9	3,8	7,3	15	0,25	0,46	8		
McFlurry - Kit Kat z nutą czekoladowo-pomarańczową	1a, 6, 7, 8a	866	1670	20	206	397	20	7,1	14	19	4,7	9,1	46	31	60	23	28	53	59	0,6	1,1	3,9	7,5	15	0,23	0,44	7		
Ciastko czarna porzeczka	1a, 6, 7	1282	1026	12	306	245	12	13	10	15	4,1	3,3	16	41	33	13	18	14	16	3,4	2,7	4,2	3,4	7	0,45	0,36	6		
POZOSTAŁE PRODUKTY																													
Kubuś Mus		310	310	4	73	73	4	0,3	0,3	0	0,1	0,1	0	16	16	6	15	15	16	1,6	1,6	0,7	0,7	1	0	0	0		
McFlurry - Lion	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-e	727	1155	14	173	274	14	5,4	8,5	12	3,3	5,2	26	27	43	17	22	35	39	0,3	0,4	3,8	6	12	0,17	0,27	5		
McFlurry - Lion z polewą czekoladową	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-e	854	1683	20	203	400	20	6,4	13	18	4,3	8,5	42	32	63	24	27	54	60	0,6	1,1	3,8	7,6	15	0,23	0,46	8		
McFlurry - Lion z polewą karmelową	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-e	864	1725	21	205	409	20	5,3	11	15	3,3	6,6	33	36	71	27	26	52	57	0,2	0,4	3,4	6,8	14	0,2	0,41	7		
McFlurry - Lion z polewą truskawkową	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-e	749	1465	17	178	347	17	4,4	8,6	12	2,7	5,2	26	31	61	23	26	51	56	0,6	1,1	3,2	6,2	12	0,15	0,28	5		
McFlurry - Kit Kat	1a, 6, 7, 8a	772	1256	15	184	299	15	6,3	10	15	3,9	6,3	31	28	45	17	24	38	43	0,4	0,6	3,9	6,3	13	0,15	0,24	4		
McFlurry - Kit Kat z polewą czekoladową	1a, 6, 7, 8a	887	1785	21	211	424	21	7,1	14	20	4,7	9,5	48	32	65	25	28	57	64	0,7	1,3	3,9	7,9	16	0,22	0,44	7		
McFlurry - Kit Kat z polewą karmelową	1a, 6, 7, 8a	897	1826	22	213	433	22	6	12	17	3,8	7,7	38	36	73	28	27	55	61	0,3	0,6	3,5	7,1	14	0,19	0,38	6		
McFlurry - Kit Kat z polewą truskawkową	1a, 6, 7, 8a	785	1567	19	186	372	19	5,1	10	15	3,2	6,3	31	31	63	24	27	54	60	0,7	1,3	3,3	6,5	13	0,13	0,26	4		
Jabłko		224	320	4	52	74	4	0,2	0,2	0	0	0	0	11	16	6	10	15	17	2,4	3,4	0,3	0,4	1	0	0	0		
NAPOJE																													
Coca-Cola mała		174	452	5	41	106	5	0	0	0	0	0	0	10	26	10	10	26	29	0	0	0	0	0	0	0	0		
Coca-Cola średnia		174	723	9	41	170	9	0	0	0	0	0	0	10	42	16	10	42	47	0	0	0	0	0	0	0	0		
Coca-Cola duża		174	904	11	41	213	11	0	0	0	0	0	0	10	53	20	10	53	59	0	0	0	0	0	0	0	0		
Coca-Cola Zero (mała 250 ml, średnia 400 ml, duża 500 ml)		1	3/4/5	0	0	1/1/2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Fanta mała		176	457	5	41	106	5	0	0	0	0	0	0	9,9	26	10	10	26	29	0	0	0	0	0	0	0	0		
Fanta średnia		176	731	9	41	170	9	0	0	0	0	0	0	9,9	41	16	10	41	46	0	0	0	0	0	0	0	0		
Fanta duża		176	913	11	41	213	11	0	0	0	0	0	0	9,9	51	20	10	51	57	0	0	0	0	0	0	0	0		
Sprite mały		38	95	1	9	23	1	0	0	0	0	0	0	2	5	2	2	5	6	0	0	0	0	0	0	0,02	0,05	1	
Sprite średni		38	152	2	9	36	2	0	0	0	0	0	0	2	8	3	2	8	9	0	0	0	0	0	0	0,02	0,08	1	
Sprite duży		38	190	2	9	45	2	0	0	0	0	0	0	2	10	4	2	10	11	0	0	0	0	0	0	0,02	0,1	2	
Lipton Ice Tea Lemon mała		81	206	2	19	48	2	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	4,6	12	4	4,5	11	13	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0,03	0,08	1		
Lipton Ice Tea Lemon średnia		81	330	4	19	77	4	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	4,6	19	7	4,5	18	20	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0,03	0,12	2		
Lipton Ice Tea Lemon duża		81	412	5	19	97	5	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	4,6	23	9	4,5	23	25	0,0	0,0	0,0	0,0	0	0,03	1,15	3		
Woda mineralna Kropla Beskidu gazowana/ niegazowana		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Sok pomarańczowy		184	480	6	43	112	6	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	9,0	24	9	9,0	24	26	0,0	0,0	0,7	1,8	4	0,00	0,00	0		
Sok jabłkowy		179	467	6	42	110	5	0	0	0	0	0	0	9,9	26	10	9	25	27	0	0	0	0	0	0	0	0		

RI - referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400 kJ/ 2000 kcal)
 Legenda: 0 = wartość 0,5 albo mniejsza

ALERGENY:
 1 Produkt zawiera gluten: a) pszenicy, b) żytni, c) jęczmienny, d) owsiany, e) orkiszowy, f) kamut; 2 Produkt zawiera skorupiaki; 3 Produkt zawiera jaja; 4 Produkt zawiera ryby; 5 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soję; 7 Produkt zawiera mleko; 8 Produkt zawiera orzechy: a) migdały, b) laskowe, c) włoskie, d) nerkowca, e) pekan, f) brazylijskie, g) pistacjowe, h) makadamia, i) Queensland; 9 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczycę; 11 Produkt zawiera ziarna sezamu; 12 Produkt zawiera dwutlenek siarki; 13 Produkt zawiera fubin; 14 Produkt zawiera mięczaki; „od - do” oznacza wszystkie alergeny w tym przedziale.
 Informujemy, że przedstawione w cenniku informacje o substancjach alergennych w naszych produktach zostały przygotowane na podstawie deklaracji naszych dostawców. Ponadto zwracamy uwagę, że w trakcie przygotowywania i wydawania produktów może dojść do niezamierzonego przeniesienia składników alergennych pomiędzy produktami. W związku z tym nawet produkty, w których substancje te oryginalnie nie występują, mogą zawierać: zboża będące źródłem glutenu, nasiona sezamu, jaja, mleko, orzeszki ziemne i inne orzechy, soję, seler, gorczycę, fubin, dwutlenek siarki i siarczyn oraz ryby, mięczaki i skorupiaki.

ALLERGENS:
 1 The product contains gluten from: a) wheat, b) rye, c) barley, d) oat, e) spelt, f) Khorasan wheat; 2 The product contains shellfish; 3 The product contains eggs; 4 The product contains fish; 5 The product contains peanuts; 6 The product contains soy; 7 The product contains milk; 8 The product contains nuts: a) almonds, b) hazelnuts, c) walnuts, d) cashews, e) pecans, f) Brazil nuts, g) pistachios, h) Macadamia nuts, i) Queensland nuts; 9 The product contains celery; 10 The product contains celeriac; 11 The product contains sesame grains; 12 The product contains sulphur dioxide; 13 The product contains lupin; 14 The product contains molluscs; “from - to” means all allergens in this range

**ZAPRASZAMY NA STRONĘ
 WWW.MCDONALDS.PL**

Przedstawiamy informacje o wartościach odżywczych produktów (wartości energetycznej i składników odżywczych) oraz alergenach są możliwe pełne. Niektóre produkty sprzedawane w restauracjach McDonald's, nie są prezentowane w powyższym zestawieniu, dotyczy to zwłaszcza produktów sezonowych, promocyjnych lub o charakterze regionalnym, jeżeli takie występują. Przedstawione informacje zostały opracowane na podstawie badań produktów standardowych sprzedawanych w restauracjach McDonald's w Europie. Ze względu na korzystanie z różnych źródeł zaopatrzenia, regionalizację rynków, a także pory roku rzeczywiste wartości odżywcze produktów mogą odbiegać od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów McDonald's może się zmienić, na przykład w przypadku wdrożenia nowych receptur. Sprzedawane produkty wytwarzane są na miejscu w restauracjach McDonald's, co w sposób naturalny wpływa na nieznaczne wahania wielkości serwowanych porcji, a zatem porcje te mogą się różnić od porcji stanowiących bazę analiz dokonanych na potrzeby tego zestawienia. Informacje o wartościach odżywczych poszczególnych napojów opracowano w odniesieniu do ilości napoju określonej pojemnością naczynia, w którym jest serwowany. Żaden produkt nie jest deklarowany jako produkt wegetariański; wszystkie produkty mogą zawierać śladowe ilości składników pochodzenia zwierzęcego. Informacje tu zawarte obowiązują od lutego 2018 i mogą być w każdym momencie zmieniane. Informacja o wielkości porcji poszczególnych produktów znajduje się w cenniku. Kontakt: McDonald's Polska Sp. z o.o., ul. Marynarska 15, 02-674 Warszawa, tel. +48 22 211 58 00, 211 58 01, www.mcdonalds.pl



TABELA WARTOŚCI ODŻYWCZYCH MCDONALD'S McCAFÉ®

	ENERGIA		ENERGIA		TŁUSZCZE		KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY		WĘGLOWODANY		CUKRY PROSTE		BŁONNIK	BIAŁKO		SÓL	
	(kJ)		(kcal)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)	(g)		(g)	
	RI = 8400 kJ		RI = 2000 kcal		RI = 70 g		RI = 20 g		RI = 260 g		RI = 90 g		-	RI = 50 g		RI = 6 g	
ALERGENY	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)
Kawa czarna mała	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kawa czarna średnia	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kawa czarna duża	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kawa z mlekiem mała	7	205	2	50	3	2,6	4	1,6	8	3,9	2	4	4	0	2,5	5	0,08
Kawa z mlekiem średnia	7	247	3	59	3	3	4	2	10	5	2	5	6	0	3	6	0
Kawa z mlekiem duża	7	389	5	93	5	5	7	3	15	7	3	7	8	0	5	10	0
Café Latte małe	7	389	5	93	5	5	7	3	15	7	3	7	8	0	5	10	0
Café Latte średnie	7	477	6	114	6	6	9	4	20	9	3	9	10	0	6	12	0
Café Latte duże	7	602	7	144	7	8	11	5	25	11	4	11	12	0	7	14	0
Latte Macchiato średnie	7	531	6	127	6	7	10	4	20	10	4	10	11	0	6	12	0
Latte Macchiato duże	7	690	8	165	8	9	13	5	25	13	5	13	14	0	8	16	0
Caramel Latte Macchiato średnie	7	823	10	196	10	8	11	5	25	24	9	19	21	0	7	14	0,1
Caramel Latte Macchiato duże	7	1067	13	254	13	10	14	6	30	32	12	26	29	0	9	18	0,1
Cappuccino małe	7	318	4	76	4	4	6	2	10	6	2	6	7	0	4	8	0
Cappuccino średnie	7	477	6	114	6	6	9	4	20	9	3	9	10	0	6	12	0
Cappuccino duże	7	602	7	144	7	8	11	5	25	11	4	11	12	0	7	14	0
Fiat White małe	7	318	4	76	4	4	6	2	10	6	2	6	7	0	4	8	0
Fiat White średnie	7	531	6	127	6	7	10	4	20	10	4	10	11	0	6	12	0
Chai Latte średnie	7	1087	13	259	13	11	16	4	20	33	13	27	30	0	7	14	0
Chai Latte duże	7	1439	17	343	17	15	21	5	25	43	17	35	39	0	9	18	0
Syrop waniliowy	136	2	32	2	0	0	0	0	8	3	5	6	0	0	0	0	0
Syrop karmelowy	136	2	32	2	0	0	0	0	8	3	5	6	0	0	0	0	0
Bitka śmietana (porcja)	7	216	3	52	3	4	6	3	15	3	1	2	2	0	1	2	0
Kokosowe ciasto	1a, 1d, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g	2196	26	527	26	30	46	13	66	56	21	39	43	4,0	6,5	13	0,12
Sernik	1a-f, 3, 5, 6, 7, 8a-i, 13	1964	23	469	23	23	33	8	40	53	20	32	36	1	12	24	0,9
Szarlotka	1a-f, 3, 5, 6, 7, 8a-i, 13	1062	13	253	13	10	14	4,8	24	38	15	20	22	2,1	2,7	5	0,21
Ciasto orzechowo-żurawinowe	1a-f, 3, 5, 7, 8a-h, 11	1222	15	293	15	18	25	1,9	10	30	12	21	24	1,5	3,0	6	0,51
Jagodowa Szarlotka	1a, 3, 6, 7, 8a-c, e	970	12	231	12	11	15	4,1	21	31	12	13	15	1,3	2,8	6	0,20
Piernik	1a-d, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g, 11	1390	17	331	17	13	19	1,7	9	48	19	31	35	1,4	5,3	11	0,37
Ciasto marchewkowe	1a, 1d, 3, 6, 7, 8a-c, 8g	2113	25	505	25	25	35	7,9	39	64	25	48	54	2,6	5,5	11	0,21
Truskawkowy poemat	1a-f, 3, 5, 6, 7, 8a-i, 13	1456	17	348	17	18	26	6	30	41	16	31	34	1	5	10	0,8
Czekoladowa magia	1a-f, 3, 5, 6, 7, 8a-i, 13	1175	14	282	14	18	26	7	35	26	10	20	22	2	3	6	0,2
Croissant maślane	1a, 1b, 3, 6, 7, 8a-c, 8g, 11	823	10	197	10	11	16	8	40	20	8	0	0	1	4	8	0,5
Croissant czekoladowy	1a, 1b, 3, 6, 7, 8a-c, 8g, 11	1254	15	300	15	16	23	6	30	30	12	0	0	2	8	16	0
Ciastko czekoladowe	1a, 1d, 3, 6, 7	1438	17	344	17	18	26	9	45	40	15	24	27	3	4	8	0,7
Ciastko migdałowo-kokosowe	1a, 1d, 3, 6, 7, 8a, 8b, 8e, 8h	1682	20	402	20	22	32	11	54	45	17	26	29	1,6	5,0	10	0,62
Ciastko z nutą cytrynową i rodzynkami	1a, 1d, 3, 6, 7	1255	15	299	15	10	14	4,9	24	48	18	29	33	1,7	3,3	7	0,46
Ciastko owsiane	1a, 1c-d, 3, 6, 7, 8a-b, 8e	1484	18	354	18	17	24	9	43	43	17	25	28	3,2	5,1	10	0,13
Muffin marchewkowo-owocowy	1a, 1d, 3, 6, 7, 12	2195	26	524	26	24	34	3,5	18	66	25	42	47	3,8	8,4	17	0,70
Korona jabłkowa	1a, 1b, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g, 11	1435	17	343	17	21	30	8,5	43	34	13	12	13	2,0	3,2	6	0,27
Warkocz klonowy	1a, 1b, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g, 11	1623	19	388	19	26	38	9,6	48	34	13	13	14	1,4	3,8	8	0,21

RI – referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400 kJ/ 2000 kcal)
 Legenda: 0 = wartość 0,5 albo mniejsza

ALERGENY:

1 Produkt zawiera gluten: a) pszenicy, b) żytni, c) jęczmienny, d) owsiany, e) orkiszowy, f) kamut; 2 Produkt zawiera skorupiaki; 3 Produkt zawiera jaja; 4 Produkt zawiera ryby; 5 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soję; 7 Produkt zawiera mleko; 8 Produkt zawiera orzechy: a) migdały, b) laskowe, c) włoskie, d) nerkowca, e) pekan, f) brazylijskie, g) pistacjowe, h) makadama, i) Queensland; 9 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczycę; 11 Produkt zawiera ziarna sezamu; 12 Produkt zawiera dwutlenek siarki; 13 Produkt zawiera fubin; 14 Produkt zawiera mięczaki; „od - do” oznacza wszystkie alergeny w tym przedziale.

Informujemy, że przedstawione w cenniku informacje o substancjach alergennych w naszych produktach zostały przygotowane na podstawie deklaracji naszych dostawców. Ponadto zwracamy uwagę, że w trakcie przygotowywania i wydawania produktów może dojść do niezamierzonego przeniesienia składników alergennych pomiędzy produktami. W związku z tym nawet produkty, w których substancje te oryginalnie nie występują, mogą zawierać: zboża będące źródłem glutenu, nasiona sezamu, jaja, mleko, orzeszki ziemne i inne orzechy, soję, seler, gorczycę, fubin, dwutlenek siarki i siarczyn oraz ryby, mięczaki i skorupiaki.

ALLERGENS:

1 The product contains gluten from: a) wheat, b) rye, c) barley, d) oat, e) spelt, f) Khorasan wheat; 2 The product contains shellfish; 3 The product contains eggs; 4 The product contains fish; 5 The product contains peanuts; 6 The product contains soya; 7 The product contains milk; 8 The product contains nuts: a) almonds, b) hazelnuts, c) walnuts, d) cashews, e) pecans, f) Brazil nuts, g) pistachios, h) Macadamia nuts, i) Queensland nuts; 9 The product contains celery; 10 The product contains charlock; 11 The product contains sesame grains; 12 The product contains sulphur dioxide; 13 The product contains lupin; 14 The product contains molluscs; “from - to” means all allergens in this range

◇ ZAPRASZAMY NA STRONĘ
 WWW.MCDONALDS.PL

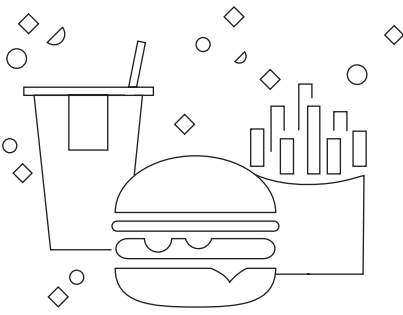


TABELA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYCH



ALERGENY	ENERGIA (kJ)			ENERGIA (kcal)			TŁUSZCZE (g)			KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY (g)			WĘGLOWODANY (g)			CUKRY PROSTE (g)			BŁONNIK (g)		BIAŁKO (g)			SÓL (g)					
	RI = 8400 kJ			RI = 2000 kcal			RI = 70 g			RI = 20 g			RI = 260 g			RI = 90 g			-		RI = 50 g			RI = 6 g					
	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)
DODATKI																													
Pomidor	76	13	0,2	18	3,1	0	0,2	0,0	0,1	0,04	0,01	0	2,6	0,4	0,2	2,5	0,4	0,5	1,0	0,2	1,0	0,2	0,3	0,01	0,00	0,02			
Sos majonezowy	3, 7, 10	1059	214	2,5	255,5	52	3	21,95	4,4	6,3	3,0	0,6	3	14	2,7	1,1	4,95	1,00	1,1	1,2	0,2	0,8	0,2	0,3	1,50	0,30	5,05		
Bekon	7	2115	212	2,5	508	50,8	3	36,0	3,6	5,1	17	1,7	8,5	4,1	0,4	0,2	0,5	0,1	0,1	0,0	0,0	41,0	4,1	8,2	2,60	0,26	4,33		
Ser ementaler naturalny	7	1512	257	3,1	364	61,9	3	28,0	4,8	6,8	19	3,23	16,2	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	0,0	28,0	4,8	9,5	0,75	0,13	2,13		
Papryczki jalapeño		99	12	0,1	23	2,8	0	0,1	0,0	0,0	0,1	0,01	0,1	4,72	0,6	0,2	3,55	0,4	0,5	37,4	4,5	0,9	0,1	0,2	5,20	0,62	10,40		
Cebula prażona	1a	2517	126	1	607	30	2	47	2,4	3	14	0,7	4	38	1,9	1	12	0,6	1	4	0,2	5,4	0,3	1	1	0,1	1		
Sos pikantny Green Pepper	3, 7	1239	250	3	300	61	3	28	5,7	8	2,2	0,4	2	8,9	1,8	1	5,4	1,1	1	0,8	0,2	1,7	0,3	1	1,5	0,3	5		
Rukola		119	6	0,1	28	1,4	0	0,7	0,0	0,1	0,1	0,01	0,0	2,1	0,1	0,0	2,1	0,1	0,1	1,6	0,1	2,6	0,1	0,03	0,07	0,00	0,06		
Burger wołowy 4:1		1119	980	11,7	269	235,6	12	19,7	17,3	24,7	9,075	7,95	39,7	0,1	0,1	0,0	0,05	0,0	0,0	0,0	0,0	23,4	20,5	41,0	0,49	0,43	7,15		
Ser cheddar topiony	7	1437	204	2,4	346	49,1	2	27,3	3,9	5,5	18,6	2,64	13,2	5,93	0,8	0,3	4,3	0,6	0,7	0,0	0,0	19,2	2,7	5,4	3,07	0,44	7,27		
Salata lodowa krojona		63	13	0,2	15	3,2	0	0,3	0,1	0,1	0,04	0,01	0,0	2	0,4	0,2	1,58	0,3	0,4	1,0	0,2	0,8	0,2	0,3	0,03	0,01	0,11		
Cebula świeża		124,9	9	0,1	29,6	2,1	0	0,2	0,0	0,0	0,09	0,01	0,0	5,1	0,4	0,1	4,45	0,3	0,3	1,9	0,1	1,1	0,1	0,1	0,01	0,00	0,01		
Sos musztardowo-chrzanowy	3, 10 12	2547	484	5,8	618	117,4	6	67,0	12,7	18,2	5,2	0,99	4,9	3,7	0,7	0,3	3,4	0,6	0,7	1,5	0,3	1,9	0,4	0,7	1,55	0,29	4,91		
Pikle		29,5	2	0,0	7,25	0,6	0	0,1	0,0	0,0	0	0,00	0,0	0,55	0,0	0,0	0	0,0	0,0	1,3	0,1	0,4	0,0	0,1	2,80	0,21	3,55		
Musztarda	10	303	2	0,0	73,3	0,5	0	4,6	0,0	0,0	0,3	0,00	0,0	1,6	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	4,3	0,0	4,5	0,0	0,1	2,68	0,02	0,33		
Keczap		458	78	0,9	108	18,5	1	0,2	0,0	0,0	0	0,00	0,0	24,2	4,1	1,6	21,4	3,7	4,1	1,8	0,3	1,5	0,3	0,5	2,23	0,38	6,36		
Kurczak panierowany	1a, 1c	971	849	10,1	231	201,9	10	11,7	10,2	14,6	1,42	1,24	6,2	14,1	12,3	4,7	0,45	0,4	0,4	0,7	0,6	17,0	14,9	29,7	1,03	0,90	15,00		
Ser cheddar tarty	7	1630	163	1,9	393	39,3	2	31,0	3,1	4,4	19,4	1,94	9,7	4,1	0,4	0,2	0,5	0,1	0,1	0,5	0,1	24,3	2,4	4,9	1,30	0,13	2,17		
Sos pomidorowy z cebulą		601	137	1,6	142	32,5	2	0,9	0,2	0,3	0,1	0,02	0,1	30,2	6,9	2,7	24,1	5,5	6,1	1,6	0,4	1,5	0,3	0,7	3,45	0,79	13,14		
Mięso wieprzowe		1222	582	6,9	294	139,9	7	23,8	11,3	16,2	9,12	4,34	21,7	0,72	0,3	0,1	0,8	0,4	0,4	0,0	0,0	19,5	9,3	18,6	1,36	0,65	10,79		
Placek ziemniaczany		902	552	6,6	216	132,2	7	12,5	7,7	10,9	1,2	0,73	3,7	22,3	13,6	5,2	0,5	0,3	0,3	2,9	1,8	2,2	1,3	2,7	0,93	0,57	9,49		
Pieczarki	7	209	94	1,1	50	22,5	1	2,2	1,0	1,4	1,26	0,57	2,8	1,76	0,8	0,3	0,49	0,2	0,2	4,8	2,1	3,4	1,5	3,1	0,64	0,29	4,80		
Jajecznicza	3, 7	680,5	323	3,8	163,1	77,5	4	12,6	6,0	8,6	4,91	2,33	11,7	0,61	0,3	0,1	0,04	0,0	0,0	0,0	0,0	11,9	5,6	11,3	1,37	0,65	10,85		
Jajko sadzone	3, 7	687	323	3,8	164,8	77,5	4	12,8	6,0	8,6	4,96	2,33	11,7	0,61	0,3	0,1	0,04	0,0	0,0	0,0	0,0	12,0	5,6	11,3	0,34	0,16	2,66		
Sos o smaku sera cheddar	7	773	255	3	186	61	3	15	5	7	9,7	3,2	16	3,5	1,2	0	2	0,7	1	0,2	0,1	9,2	3	6	1,40	0,46	8		
Sos z przyprawami	10	1456	144	2	352	35	2	32	3,2	5	2,6	0,3	1	12	1,2	0	7,6	0,8	1	0,3	0,0	0,8	0,1	0	2,3	0,23	4		
Grzanki w szaszetce	1a, 6, 7, 8a-h, 11	1717	286	3	410	68	3	8	2	3	1	0	0	70	10	4	8	1	1	7	1	11	2	4	2,2	0,3	5		

RI – referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400 kJ/ 2000 kcal)
 Legenda: 0 = wartość 0,5 albo mniejsza

ALERGENY:
 1 Produkt zawiera gluten: a) pszenney, b) żytni, c) jęczmienny, d) owsiany, e) orkiszowy, f) kamut; 2 Produkt zawiera skorupiaki; 3 Produkt zawiera jaja; 4 Produkt zawiera ryby; 5 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soję; 7 Produkt zawiera mleko; 8 Produkt zawiera orzechy: a) migdały, b) laskowe, c) włoskie, d) nerkowca, e) pekan, f) brazylijskie, g) pistacjowe, h) makadamia, i) Queensland; 9 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczycę; 11 Produkt zawiera ziarna sezamu; 12 Produkt zawiera dwutlenek siarki; 13 Produkt zawiera fubin; 14 Produkt zawiera mięczaki; „od – do” oznacza wszystkie alergeny w tym przedziale.

Informujemy, że przedstawione w cenniku informacje o substancjach alergennych w naszych produktach zostały przygotowane na podstawie deklaracji naszych dostawców. Ponadto zwracamy uwagę, że w trakcie przygotowywania i wydawania produktów może dojść do niezamierzonego przeniesienia składników alergennych pomiędzy produktami. W związku z tym nawet produkty, w których substancje te oryginalnie nie występują, mogą zawierać: zboża będące źródłem glutenu, nasiona sezamu, jaja, mleko, orzeszki ziemne i inne orzechy, soję, seler, gorczycę, fubin, dwutlenek siarki i siarczyn oraz ryby, mięczaki i skorupiaki.

ALLERGENS:
 1 The product contains gluten from: a) wheat, b) rye, c) barley, d) oat, e) spelt, f) Khorasan wheat; 2 The product contains shellfish; 3 The product contains eggs; 4 The product contains fish; 5 The product contains peanuts; 6 The product contains soya; 7 The product contains milk; 8 The product contains nuts: a) almonds, b) hazelnuts, c) walnuts, d) cashews, e) pecans, f) Brazil nuts, g) pistachios, h) Macadamia nuts, i) Queensland nuts; 9 The product contains celery; 10 The product contains charlock; 11 The product contains sesame grains; 12 The product contains sulphur dioxide; 13 The product contains lupin; 14 The product contains molluscs; “from - to” means all allergens in this range

ZAPRASZAMY NA STRONĘ
WWW.MCDONALDS.PL