

TABELE WARTOŚCI ODŻYWCZYCH - Sieć Pizzerii BIESIADOWO

Produkt	Tabela wartości odżywczych w 100 g							
	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Mocna w gębie	201,24	842,01	7,58	3,61	25,76	22,19	8,29	1,22
Nie dasz rady	198,6	830,95	7,87	3,27	24,51	20,85	8,15	1,12
Zielsko diabelsko	162,77	681,07	4,99	2,07	21,88	18,28	8,19	1,1
Super biesiada	207,33	867,47	6,14	2,91	29,93	26,33	8,63	0,96
4 pory roku								
Chłop z Mazur	212,63	889,67	9,27	4,56	23,55	19,96	9,38	1,06
Maryna ze młyna	241,5	1010,35	7,17	3,08	36,2	32,21	8,6	1,16
Grzybobranie	209,38	876,1	6,22	2,66	31,41	27,64	7,82	1
Sołtysowa	201,52	843,17	6	2,25	26,18	26,07	8	1,08
Pomidor na trawie	218,69	922,68	7,28	3,09	31,28	27,49	8,2	1,11
Olewka	223,41	934,79	7,71	3,13	31,01	27,11	8,11	1,24
Dopadł kowal świnkę	203,94	853,31	7,24	3,08	28	24,22	7,59	1
Mincho z grzybem	206,05	862,15	6,82	2,87	28,65	25,15	8,34	1,15
Wiocha	198,93	832,35	7,89	3,29	24,89	21,49	7,78	1,27
Dopadł diabeł chłopą	218,78	915,41	7,19	3,05	31,19	27,06	8,11	1,09
Postrach wampira	201,2	841,84	5,97	2,54	29,73	26,01	7,99	1,08
Sianokosy	228,09	954,34	8,69	3,68	29,68	25,87	8,4	1,18
Kielbasowo	235,86	986,87	9,22	3,7	29,18	25,61	9,13	1,36
Palimordka	221,62	927,31	8,84	3,69	27,56	23,78	8,65	1,14
Niebo w gębie	184,6	772,4	6,44	2,73	25,59	21,56	6,95	0,92
Weź coś wymyśl								
Widły w plecach	235,43	985,06	10,16	4,39	26,11	22,71	10,08	1,35
Lis w kurniku	211,69	885,71	6,08	2,59	31,01	26,94	8,96	1,16
Pieją kury pieją	212,88	890,7	6,53	2,64	30,29	26,58	8,82	1,3
Trochę bym polatał	201,57	859,3	5,85	2,48	29,99	25,9	8,71	1,16
Kurcze blade	215,04	899,77	9,13	2,47	26,31	22,62	7,88	1,03
Ale jaja	174,76	730,7	5,02	2,12	25,63	21,9	7,64	0,95
Płacząca	223,14	933,67	6,59	2,83	33,66	29,42	8,04	1,07
Wskocz do studni	198,93	832,37	5,89	2,51	29,97	26,05	7,45	0,94



	Tabela wartości odżywczych w 100 g							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Boryna	191,35	800,63	5,66	2,41	28,83	25,09	7,19	0,91
Naoliwiona	223,08	933	7	2,85	32,78	28,8	7,87	1,2
Śmiszna	187,72	785,43	5,88	2,67	27,61	27,76	6,85	1,23
Serowa biesiada	253,08	1058,91	10,03	5,27	30,94	27,24	10,33	1,35
Zemsta ogrodnika	220,2	921,34	9,4	2,55	27,92	23,64	6,76	0,95
Biesiadowo-hawajowo	214,22	896,3	6,18	2,65	32,23	28,69	7,95	1,12
W rajskim sadzie	220,82	923,95	7,01	2,98	32,11	28,5	7,82	1,07
Śmiszna sprawa	226,07	945,92	7,65	3,2	30,94	27,42	8,4	1,11
Kurczak na Hawajach	211,43	884,69	6,01	2,57	31,24	26,57	8,75	1,15
Chyba ryba	223,67	935,84	6,36	2,73	31,68	28,18	10,53	1,12
Na haczyku	214,8	898,76	6,13	2,62	29,9	26,55	10,55	1,2
Tuńczyk pod pierzynką	236,48	989,48	9,9	2,69	28,29	24,61	9,36	1,03
W wodzie żyją, pizzę kryją	222,1	929,31	6,47	2,73	32,01	28,18	9,47	1,07
Tuńczyk wkurzony, cebulą skropiony	201,63	843,65	6,75	2,81	25,75	22,23	9,76	1,05
Morski wariat	209,85	878,03	8,93	2,42	25,56	21,88	7,74	0,96
Bajer z morza	221,05	924,9	8,02	3,38	26,72	23,63	10,94	1,16
	Tabela wartości odżywczych w porcji 26cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Mocna w gębie	1229,58	5144,67	46,3	22,08	157,38	135,57	50,67	7,43
Nie dasz rady	1294,85	5417,8	51,34	21,35	159,84	135,97	53,17	7,28
Zielsko diabelsko	1215,93	5087,56	37,32	15,48	163,42	136,56	61,24	8,25
Super biesiada	1264,7	5291,62	37,46	17,78	182,59	160,65	52,62	5,91
4 pory roku								
Chłop z Mazur	1467,17	6138,79	63,99	31,48	162,49	137,7	64,74	7,32
Maryna ze młyna	1014,2	4243,51	30,15	12,97	152,08	135,29	36,45	4,9
Grzybobranie	1026	4292,88	30,46	13,02	153,89	135,45	38,34	4,91
Sołtysowa	1047,9	4384,51	31,21	13,29	154,49	135,6	41,64	5,63
Pomidor na trawie	1087,17	4548,82	35,88	15,24	154,22	135,54	40,44	5,47
Olewka	1117,07	4673,94	38,53	15,66	155,05	135,54	40,56	6,23



Produkt	Tabela wartości odżywczych w porcji 26cm							
	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Dopadł kowal świnkę	1142,07	4778,54	40,55	17,26	156,81	135,64	42,48	5,61
Mincho z grzybem	1112,7	4655,64	38,81	15,53	154,69	135,8	45,04	6,19
Wiocha	1273,16	5327,05	50,53	21,07	159,3	137,54	49,77	8,12
Dopadł diabeł chłopa	1096,1	4586,2	36,04	15,28	156,25	135,56	40,64	5,48
Postrach wampira	1052,28	4402,83	31,23	13,29	155,47	136,04	41,83	5,63
Sianokosy	1208,87	5058,05	46,07	19,52	157,3	137,09	44,5	6,26
Kielbasowo	1250,07	5230,42	48,89	19,64	154,66	135,73	48,4	7,22
Palimordka	1265,5	5294,99	50,48	21,05	157,41	135,77	49,39	6,53
Niebo w gębie	1168,54	4889,29	40,76	17,31	162,01	136,46	44	5,8
Weź coś wymyśl								
Widły w plecach	1412,57	5910,35	60,98	26,33	156,68	136,24	60,5	8,13
Lis w kurniku	1071,13	4481,72	30,76	13,1	156,9	136,31	45,33	5,89
Pieją kury pieją	1085,67	4542,56	33,29	13,48	154,46	135,57	45	6,62
Trochę bym polatał	1088,47	4554,27	31,03	13,16	158,96	137,29	46,2	6,15
Kurcze blade	1290,27	5398,62	54,81	14,8	157,84	135,73	42,27	6,17
Ale jaja	1082,76	4530,39	31,15	13,17	158,88	135,78	47,35	5,89
Plącząca	1026	4294,87	30,33	13,02	154,85	135,34	37	4,91
Wskocz do studni	1034,47	4328,32	30,61	13,05	155,87	135,48	38,73	4,91
Boryna	1033,29	4323,39	30,57	13,04	155,71	135,5	38,81	4,92
Naoliwiona	1048,47	4386,91	32,89	13,4	154,06	135,33	37	5,66
Śmieszna	1088,76	4555,5	34,13	15,47	160,14	137,84	39,77	7,12
Serowa biesiada	1265,4	5294,56	50,15	26,37	154,68	136,19	51,65	6,75
Zemsta ogrodnika	1277,16	5343,78	54,54	14,78	161,96	137,11	39,21	5,5
Biesiadowo-hawajowo	1071,1	4481,59	30,9	13,24	161,18	143,44	39,75	5,62
W rajskim sadzie	1126,2	4712,13	35,75	15,21	163,78	145,33	39,91	5,46
Śmieszna sprawa	1198,2	5013,39	40,55	16,97	163,98	145,33	44,51	5,9
Kurczak na Hawajach	1078,32	4511,81	30,65	13,06	159,31	135,53	44,64	5,86
Chyba ryba	1073,6	4492,05	30,51	13,09	152,08	135,29	50,55	5,38
Na haczyku	1095,5	4583,68	31,26	13,36	152,68	135,44	53,85	6,1
Tuńczyk pod pierzynką	1300	5442,14	54,45	14,8	155,63	135,34	51,49	5,68
W wodzie żyją, pizzę kryją	1066,1	4460,67	3,06	13,1	153,64	135,29	45,45	5,12



	Tabela wartości odżywczych w porcji 26cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Tuńczyk wkurzony, cebulą skropiony	1229,96	5146,29	41,2	17,16	157,08	135,59	59,56	6,4
Morski wariat	1301,07	5443,81	55,4	14,99	158,49	135,64	48	5,93
Bajer z morza	1282,1	5364,44	46,49	19,59	154,98	137,04	63,48	6,73
	Tabela wartości odżywczych w porcji 32cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Mocna w gębie	1901,36	7955,47	66,36	30,19	258,93	224,69	75,13	11,15
Nie dasz rady	2007,58	8399,93	75,08	30,27	261,39	225,22	79,05	11,14
Zielsko diabelsko	1942,67	8128,31	56,94	22,56	267,76	226,18	97,44	13,23
Super biesiada	1978,55	8278,47	56,24	25,51	294,68	260,51	78,95	9,3
4 pory roku								
Chłop z Mazur	2265,79	9480,31	93,78	44,97	265,8	227,85	96,57	11,35
Maryna ze młyna	1624,1	6795,4	45,99	18,77	251,1	224,29	56,25	7,89
Grzybobranie	1640,95	6865,92	46,44	18,84	253,68	224,51	58,95	7,9
Softysowa	1670,15	6988,09	47,44	19,2	254,48	224,71	63,35	8,86
Pomidor na trawie	1732,97	7250,92	54,58	22,17	254,15	224,66	62,21	8,74
Olewka	1768,89	7401,22	57,87	22,69	254,87	224,65	62,23	9,68
Dopadł kowal świnkę	1794,69	7509,18	59,87	24,49	257,35	224,77	64,43	8,83
Mincho z grzybem	1767,35	7394,79	55,84	22,56	254,78	225,01	68,45	9,7
Wiocha	1979,05	8280,54	74	29,9	260,77	227,43	74,52	12,35
Dopadł diabeł chłopą	1744,21	7297,94	54,78	22,22	256,7	224,68	62,4	8,77
Postrach wampira	1677,45	7018,63	47,46	19,2	256,12	225,45	63,67	8,86
Sianokosy	1895,74	7931,97	68,18	27,88	258,22	226,95	67,58	9,8
Kiełbasowo	1935,84	8099,77	70,83	27,67	254,54	224,89	72,07	10,93
Palimordka	1967,85	8233,7	73,92	29,87	258	224,94	73,97	10,13
Niebo w gębie	1834,4	7675,32	60,19	24,57	265,13	226,06	66,7	9,12
Weź coś wymyśl								
Widły w plecach	2192,54	9175,07	89,82	38,35	257,33	225,7	91,63	12,36
Lis w kurniku	1724,38	7214,98	47,06	19	257,68	225,86	73,4	9,85
Pieją kury pieją	1742,04	7288,89	50,23	19,47	254,54	224,82	72,97	10,76
Trochę bym polatał	1752,69	7333,45	47,49	19,09	261,29	227,4	74,81	10,24



	Tabela wartości odżywczych w porcji 32cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Kurcze blade	2088,69	8739,31	87,07	21,82	259,25	225,05	76,28	10,32
Ale jaja	1740,9	7284,11	47,61	19,09	260,5	225,12	76,28	9,84
Płacząca	1639,44	6859,59	46,22	18,83	254,57	224,35	56,93	7,89
Wskocz do studni	1650,84	6907,26	46,6	18,87	255,99	224,56	59,4	7,9
Boryna	1651,16	6908,63	46,59	18,87	256,24	224,59	59,6	7,92
Naoliwiona	1666,23	6971,68	49,4	19,31	253,41	224,33	56,9	8,84
Śmiszna	1731,25	7243,72	51,9	22,5	262,1	227,93	61,02	11,05
Serowa biesiada	1993,7	8341,84	74,89	38,07	255,06	225,74	79,65	10,54
Zemsta ogrodnika	2050,55	8579,7	86,47	21,75	265,17	227	60,28	8,83
Biesiadowo-hawajowo	1702,3	7122,59	46,99	19,13	263,8	235,69	60,65	8,85
W rajskim sadzie	1788,6	7483,68	54,39	22,13	267,8	238,55	61,44	8,73
Śmiszna sprawa	1862,4	7792,47	58,99	23,77	268	238,5	66,34	9,14
Kurczak na Hawajach	1736,19	7264,4	46,92	18,94	261,46	224,77	72,52	9,81
Chyba ryba	1703,3	7126,78	46,47	18,93	251,1	224,29	75,05	8,52
Na haczyku	1732,5	7248,95	47,47	19,29	251,9	224,49	79,45	9,49
Tuńczyk pod pierzynką	2076,64	8688,87	86,3	21,76	255,87	224,35	76,38	9,03
W wodzie żyją, pizzę kryją	1710,6	7157,32	47,51	18,98	253,69	224,29	71,25	8,25
Tuńczyk wkurzony, cebulą skropiony	1899,85	7949,16	59,84	24,02	257,62	224,67	86,39	9,8
Morski wariat	2086,99	8732,2	87,67	22,02	260	224,77	73,73	9,36
Bajer z morza	2003,1	8381,17	68,83	27,98	255,5	226,89	94,75	10,43
	Tabela wartości odżywczych w porcji 42cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Mocna w gębie	2734,31	11440,62	96,97	45,68	364,13	314,81	110,78	15,85
Nie dasz rady	2904,06	12150,88	111,74	46,41	368,62	315,58	116,92	15,97
Zielsko diabelsko	2747,8	11497,05	82,6	34,18	376,79	316,81	135,4	18,15
Super biesiada	2863,07	11979,36	54,12	39,34	417,77	368,58	116,71	13,32
4 pory roku								
Chłop z Mazur	3279,28	13720,84	139,11	68,86	373,18	318,91	144,18	16,06
Maryna ze młyna	2341,6	9797,49	69,4	29,68	352,14	314,22	83,8	11,3
Grzybobranie	2368,57	9910,32	70,12	29,79	356,27	314,58	88,11	11,33

	Tabela wartości odżywczych w porcji 42cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Sołtysowa	2408,72	10078,31	71,49	30,28	357,37	314,85	94,16	12,65
Pomidor na trawie	2471,92	10342,76	79,47	33,66	356,45	314,67	91,01	12,31
Olewka	2527,76	10576,42	84,16	34,4	358,73	314,67	91,26	13,62
Dopadł kowal świnkę	2586,48	10822,09	88,68	37,59	362,79	314,96	95,94	12,6
Mincho z grzybem	2522,12	10552,79	81,29	34,2	357,72	315,2	100,11	13,63
Wiocha	2862,6	11977,39	110,21	45,88	367,26	318,74	110,58	17,74
Dopadł diabeł chłopą	2492,19	10427,56	79,83	33,74	361,1	314,72	91,46	12,35
Postrach wampira	2418,93	10121,07	71,53	30,29	359,66	315,88	94,62	12,65
Sianokosy	2700,51	11299,22	98,24	41,52	363,2	317,75	98,58	13,76
Kiełbasowo	2792,1	11682,44	104,86	42,37	357,57	315,05	106,87	15,62
Palimordka	2848,85	11919,86	110,14	45,86	363,83	315,2	109,9	14,58
Niebo w gębie	2633,48	11018,75	89,07	37,68	372,32	136,57	98,62	12,91
Weź coś wymyśl								
Widły w plecach	3163,06	13234,57	131,93	57,7	362,34	316,22	135,23	17,63
Lis w kurniku	2495,89	10443,06	71,08	30,04	362,89	316,51	109,7	14,25
Pieją kury pieją	2516,7	10530,14	75,46	30,69	357,62	315,02	108,92	15,52
Trochę bym polatał	2521,35	10549,6	71,54	30,14	365,42	318,3	110,93	14,69
Kurcze blade	3008,98	12589,87	127,17	34,01	365,53	315,4	114,25	14,91
Ale jaja	2522,36	10553,82	71,94	30,18	367,36	315,51	114,28	14,24
Płacząca	2369,21	9913,03	69,81	29,78	358,39	314,32	85,03	11,32
Wskocz do studni	2385,51	9981,2	70,4	29,85	360,23	314,65	88,89	11,33
Boryna	2383,15	9971,34	70,33	29,84	359,92	314,68	89,05	11,35
Naoliwiona	2403,69	10057,29	74,23	30,44	356,09	314,29	84,86	12,64
Śmieszna	2516,8	10530,53	79,21	35,88	369,64	319,69	91,58	16,04
Serowa biesiada	2889,2	12088,7	112,1	58,18	358,34	316,57	118,4	15,3
Zemsta ogrodnika	2934,8	12279,48	126,09	33,86	371,64	317,71	89,16	12,51
Biesiadowo-hawajowo	2451,75	10258,37	70,78	30,18	370,24	330,49	89,85	12,62
W rajskim sadzie	2549,4	10666,95	79,2	33,6	375,49	334,25	89,87	12,28
Śmieszna sprawa	2709,6	11337,24	90,2	37,68	375,94	334,3	99,92	13,3
Kurczak na Hawajach	2507,05	10489,73	70,79	29,94	366,99	314,94	108,18	14,19
Chyba ryba	2440,6	10211,72	70	29,88	352,14	314,22	107,3	12,1



	Tabela wartości odżywczych w porcji 42cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Na haczyku	2480,75	10379,71	71,38	30,38	353,24	314,49	113,35	13,42
Tuńczyk pod pierzynką	2969,41	12424,32	125,85	33,86	360,2	314,32	109,44	12,81
W wodzie żyją, pizzę kryją	2462,7	10304,18	71,53	29,97	355,77	314,22	104,8	11,81
Tuńczyk wkurzony, cebulą skropiony	2756,4	11533,04	91,42	38,03	362,82	314,83	125,46	14,14
Morski wariat	2998,43	12545,73	127,9	34,26	366,48	314,96	108,97	13,35
Bajer z morza	2832,8	11852,72	98,99	41,62	358,01	317,64	133,52	14,55
	Tabela wartości odżywczych w porcji 57cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Mocna w gębie	4652,64	19467,13	152,61	66,49	663,89	580,31	176,73	26,35
Nie dasz rady	4818,44	20160,84	165,21	64,71	671,6	581,27	180,89	25,94
Zielsko diabelsko	4625,41	19353,2	130,17	50,01	680,57	583,07	202,08	28,83
Super biesiada	4798,89	20079,03	131,55	56,33	736,76	652,23	184,34	22,55
4 pory roku								
Chłop z Mazur	5442,1	22770,28	211,13	99,46	679,57	585,89	227,42	26,59
Maryna ze młyna	4088,5	17106,69	111,78	43,66	645,72	579,44	137,7	19,9
Grzybobranie	4147,49	17353,51	113,35	43,9	654,76	580,23	147,14	19,95
Sołtysowa	4202,24	17582,59	115,23	44,57	656,26	580,6	155,39	21,75
Pomidor na trawie	4276,75	17894,37	126,19	49,35	652,45	580,11	148,1	21,33
Olewka	4361,02	18246,96	132,96	50,43	656,62	580,11	148,65	23,22
Dopadł kowal świnkę	4453,01	18631,85	138,78	54,57	665,54	580,77	158,18	21,7
Mincho z grzybem	4364,24	18260,41	129,23	50,17	656,76	581,1	163,89	23,15
Wiocha	4762,66	19927,43	163,1	63,99	669,94	586,39	172,24	29,08
Dopadł diabeł chłopca	4307,77	18024,14	126,76	49,48	659,48	580,18	148,84	21,41
Postrach wampira	4216,84	17643,67	115,27	44,58	659,53	582,07	156,03	21,75
Sianokosy	4590,52	19207,21	151,81	60,08	662,24	583,99	158,5	23,29
Kiełbasowo	4685,24	19603,5	158,75	60,37	653,81	580,56	167,89	25,71
Palimordka	4739,56	19830,79	162,97	63,95	664,19	580,73	171,09	24,02
Niebo w gębie	4520,54	18914,41	139,36	54,7	679,44	583,05	162,05	22,1
Weź coś wymyśl								
Widły w plecach	5187,97	21707	195,09	81,01	661,41	582,16	206,3	28,35



	Tabela wartości odżywczych w porcji 57cm							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Lis w kurniku	4315,32	18055,73	114,27	44,19	662,79	582,84	174,76	24,1
Pieją kury pieją	4339,34	18156,22	120,45	45,11	654,01	580,58	173,39	25,89
Trochę bym polatał	4338,94	18154,54	114,75	44,3	664,06	584,72	175,96	24,61
Kurcze blade	5067,61	21203,4	194,93	49,95	669,46	581,42	184,48	25,04
Ale jaja	4374,95	18305,21	116,07	44,49	672,7	581,58	184,68	24,08
Płacząca	4134,52	17299,26	112,46	43,83	656,12	579,61	139,75	19,92
Wskocz do studni	4175,72	17471,65	113,82	44	661,35	580,34	148,43	19,96
Boryna	4170,82	17451,14	113,69	43,98	660,6	580,39	148,64	19,98
Naoliwiona	4181,24	17494,71	118,75	44,77	652,31	579,56	139,39	21,81
Śmiszna	4370,66	18287,26	127,5	53,59	674,14	588,19	150,24	27,48
Serowa biesiada	4873,7	20392,05	173,18	84,66	655,04	583,04	186,5	25,8
Zemsta ogrodnika	4937,96	20660,91	192,8	49,64	674,6	583,92	145,52	21,57
Biesiadowo-hawajowo	4241,25	17745,82	113,65	44,34	671,02	602,22	145,95	21,7
W rajskim sadzie	4379	18322,18	125,78	49,26	677,52	606,94	146,35	21,3
Śmiszna sprawa	4566	19104,6	137,78	53,66	679,72	608,54	157,85	22,4
Kurczak na Hawajach	4327,37	18106,15	113,77	44,03	667,9	580,46	172,28	23,99
Chyba ryba	4237	17728,03	112,68	43,96	645,72	579,44	172,95	21,1
Na haczyku	4291,75	17957,11	114,56	44,64	647,22	579,82	181,2	22,9
Tuńczyk pod pierzynką	4999,05	20916,41	192,56	49,67	658,72	579,61	176,3	22,11
W wodzie żyją, pizzę kryją	4244,2	17758,16	114,52	44,04	650,39	579,44	164,7	20,55
Tuńczyk wkurzony, cebulą skropiony	4648,36	19449,19	139,7	54,21	662,95	580,28	196,5	23,66
Morski wariat	5042,56	21098,58	195,83	50,28	670,61	580,77	175,02	22,76
Bajer z morza	4771,3	19963,6	152,75	60,21	653,19	583,82	207,99	24,48
	Tabela wartości odżywczych w porcji							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Mega jedzenie uraczy twoje podniebienie								
Hamburger XXL	830,5	3474,9	49,95	18,5	53,43	49,95	41,11	2,21
Cheesburger XXL	906,3	3792,05	56,15	22,5	53,43	49,95	46,11	2,55
Frytki 200 g	638	2669,46	34,06	8,06	75,06	63,8	7,52	0,96



Tabela wartości odżywczych w 100 g								
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Mega jedzenie uraczy twoje podniebienie								
Hamburger XXL	218,55	914,45	13,14	4,87	14,06	13,14	10,82	0,58
Cheesburger XXL	226,57	948,01	14,04	5,63	13,36	12,49	11,53	0,63
Frytki 200 g	319	1334,73	17,03	4,03	37,53	31,9	3,76	0,48
Tabela wartości odżywczych w 100 g								
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Zapiekanki								
Zapiekanka zwyczajna	206,52	864,09	5,53	3,21	30,95	27,25	9,08	1,13
Zapiekanka z wędliną – szynka	189,56	793,15	5,14	2,91	27,28	23,85	9,32	1,29
Zapiekanka z wędliną – salami	221,43	926,51	8,38	4,22	27,14	23,92	10,08	1,35
Zapiekanka z wędliną – boczek	224,23	938,2	9,01	4,58	27,08	23,85	9,45	1,35
Zapiekanka szefów	179,04	749,13	5,98	2,75	22,03	19,51	9,83	0,78
Zapiekanka z bacy	237,11	992,09	6,98	4,27	31,81	28,32	11,99	1,31
Tabela wartości odżywczych w porcji małej								
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Zapiekanki								
Zapiekanka zwyczajna	567,93	2376,26	15,2	8,82	85,12	74,94	24,97	3,12
Zapiekanka z wędliną – szynka	597,13	2498,44	16,2	9,18	85,92	75,14	29,37	4,08
Zapiekanka z wędliną – salami	697,53	2918,52	26,4	13,3	85,52	75,34	31,77	4,04
Zapiekanka z wędliną – boczek	706,33	2955,34	28,4	14,42	85,32	75,14	29,77	4,04
Zapiekanka szefów	760,93	3183,79	25,4	11,7	93,62	82,94	41,77	3,33
Zapiekanka z bacy	746,9	3125,1	21,98	13,46	100,22	89,22	37,78	4,11



	Tabela wartości odżywczych w porcji dużej							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Zapiekanki								
Zapiekanka zwyczajna	1135,85	4752,53	30,4	17,64	170,23	149,87	49,95	6,24
Zapiekanka z wędliną – szynka	1194,25	4996,88	32,4	18,36	171,83	150,27	58,75	8,16
Zapiekanka z wędliną – salami	1395,05	5837,05	52,8	26,6	171,03	150,67	63,55	8,48
Zapiekanka z wędliną – boczek	1412,65	5910,69	56,8	28,84	170,63	150,27	59,55	8,08
Zapiekanka szefów	1521,85	6367,59	50,8	23,4	187,23	165,87	83,55	6,7
Zapiekanka z bacy	1493,8	6250,21	43,95	26,91	200,45	178,45	75,57	8,23

	Tabela wartości odżywczych w porcji							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Kebabowo								
Talerzowiec	1271,15	5318,6	81,64	17,24	94,1	4,19	44,59	6,33
Bułkowiec	590,97	2472,69	35,27	5,48	47,54	36,87	23,34	3,81
Mega Bułkowiec	989,95	4142,03	45,77	8,34	106,1	84,95	42,99	6,77
Tortillowiec	714,37	2989,01	44,59	5,35	51,72	2,23	29	2,96
Tortillowiec maxi	930,15	3891,82	57,78	9,18	59,94	2,83	47,34	5,28
Mega bagietki								
Z szynką	1784,8	7467,78	35	18,49	303,1	282	71,1	11,54
Z salami	1870,6	7826,78	44,7	22,43	302,3	282,1	71,3	11,22
Z kurczakiem	1867	7813,39	41,66	20,25	301,9	281,7	77,94	10,27



	Tabela wartości odżywczych w porcji							
Produkt	Wartość energetyczna [Kcal]	Wartość energetyczna [kJ]	Tłuszcz [g]	W tym kwasy nasycone tłuszczowe [g]	Węglowodany [g]	W tym cukry [g]	Białko [g]	Sól [g]
Kebabowo								
Talerzowiec	211,86	886,43	13,81	2,87	15,68	0,7	7,43	1,05
Bułkowiec	196,99	824,23	11,76	1,83	15,85	12,29	7,78	1,27
Mega Bułkowiec	176,78	739,49	8,17	1,49	18,95	15,17	7,68	1,21
Tortillowiec	223,24	934,06	13,93	1,67	16,16	0,69	9,06	0,92
Tortillowiec maxi	186,03	788,36	9,47	1,83	11,99	0,57	9,47	1,07
Mega bagietki								
Z szynką	270,42	1131,03	5,3	2,8	45,92	42,73	10,77	1,75
Z salami	292,28	1222,93	6,98	3,5	47,23	44,08	11,14	1,75
Z kurczakiem	274,62	1149,03	6,13	2,98	44,4	41,43	11,47	1,51

Wartość kaloryczną i odżywczą wyliczył Mój Dietetyk.

