



# TABELA WARTOŚCI ODŻYWCZYCH McCAFÉ®

ALERGENY	ENERGIA		ENERGIA		TŁUSZCZE		KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ		WÉGLOWODANY		CUKRY PROSTE		BLONNIK	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		
	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)	porcja	RI (%)
Kawa czarna mała	0	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	0
Kawa czarna duża	0	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	1
Kawa z mlekiem średnia	7	247	3	59	3	3	4	2	10	5	2	5	6	0	3	6	0	0
Kawa z mlekiem duża	7	389	5	93	5	5	7	3	15	7	3	7	8	0	5	10	0	0
Café Latte małe	7	389	5	93	5	5	7	3	15	7	3	7	8	0	5	10	0	0
Café Latte średnie	7	477	6	114	6	6	9	4	20	9	3	9	10	0	6	12	0	0
Café Latte duże	7	602	7	144	7	8	11	5	25	11	4	11	12	0	7	14	0	0
Caramel Latte Macchiato średnie	7	823	10	196	10	8	11	5	25	24	9	19	21	0	7	14	0,1	2
Caramel Latte Macchiato duże	7	1067	13	254	13	10	14	6	30	32	12	26	29	0	9	18	0,1	2
Cappuccino małe	7	318	4	76	4	4	6	2	10	6	2	6	7	0	4	8	0	0
Cappuccino średnie	7	477	6	114	6	6	9	4	20	9	3	9	10	0	6	12	0	0
Cappuccino duże	7	602	7	144	7	8	11	5	25	11	4	11	12	0	7	14	0	0
Fiat White małe	7	318	4	76	4	4	6	2	10	6	2	6	7	0	4	8	0	0
Fiat White średnie	7	531	6	127	6	7	10	4	20	10	4	10	11	0	6	12	0	0
Chai Latte średnie	7	1087	13	259	13	11	16	4	20	33	13	27	30	0	7	14	0	0
Chai Latte duże	7	1439	17	343	17	15	21	5	25	43	17	35	39	0	9	18	0	0
Syrop waniliowy		136	2	32	2	0	0	0	8	3	5	6	0	0	0	0	0	0
Syrop karmelowy		136	2	32	2	0	0	0	8	3	5	6	0	0	0	0	0	0
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	15
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	4
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	13
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	3
Croissant maślany	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	8
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	0
Ciasto ze śliwki i z orzechami włoskimi	1a, 3, 6, 7, 8a-c, e, g	1605	19	383	19	17	24	2,9	15	51	20	28	31	1,7	5,5	11	0,70	12
Ciasto orzechowe	1a, 3, 6, 7, 8a-b, e, h	1610	19	385	19	19	27	7,0	35	48	18	32	35	1,8	5,1	10	0,60	10
Ciastko czekoladowe	1a, 1d, 3, 6, 7	1438	17	344	17	18	26	9	45	40	15	24	27	3	4	8	0,7	12
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	10
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	2
Makaronik o smaku malinowym	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g	301	4	72	4	2,7	4	0,2	1	9,7	4	9,1	10	0,8	1,7	3	0,01	0
Makaronik o smaku pistacjowym	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g	395	5	95	5	5,5	8	1,7	9	8,9	3	8,2	9	0,7	1,7	3	0,02	0
Makaronik o smaku czekoladowym	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g	357	4	85	4	3,1	4	1,5	8	7,8	3	7,2	8	0,9	1,9	4	0,02	0
Makaronik o smaku waniliowym	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g	366	4	87	4	5,2	7	1,6	8	8,0	3	7,2	8	0,6	1,9	4	0,02	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) pszenny, b) żytny, c) jęczmienny, d) owsiany, e) orkiszowy, f) kamut; 2 Produkt zawiera skorupki; 3 Produkt zawiera jaję; 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 sezam; 11 Produkt zawiera ziarna sezamu; 12 Produkt zawiera dwutlenek siarki; 13 Produkt zawiera łubin; 14 Produkt zawiera mączczaki; „od – do” oznacza wszystkie alergeny w tym przedziale. Informujemy, że przedstawione w cenniku informacje o substancjach alergicznych 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 alergicznych pomiędzy produktami. W związku z tym nawet produkty, w których substancje te oryginalnie nie występują, mogą zawierać: zboża będące źródłem glutenu, nasiona sezamu, jaję, mleko, orzeszki ziemne i inne orzechy, soję, seler, gorczycę, łubin, dwutlenek siarki i siarczynny oraz ryby, mączczaki i skorupki.

#### 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 celeriac; 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 mussels; "from - to" means all allergens in this range

Przedstawione informacje o wartościach odżywczych produktów (wartości energetycznej i składników odżywczych) oraz alergienach 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 zapaszenia, regionalizacji 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 dokonywanych na potrzeby tego zestawienia. Informacje o wartościach odżywczych poszczególnych napojów opracowane 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 to zawarte obowiązują od lutego 2019 i mogą być w każdym momencie zmienione. Informacje o wielkości porcji poszczególnych produktów znajdują się w cenniku. Kontakt: McDonald's Polska Sp. z o.o., Maryska 15, 02-674 Warszawa, tel. +48 22 211 58 00, 211 58 01, www.mcdonalds.pl

ZAPRASZAMY NA STRONĘ WWW.MCDONALDS.PL



# TABELA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYCH



ALERGENY	ENERGIA		ENERGIA		TŁUSZCZE		KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ		WÉGLOWODANY		CUKRY PROSTE		BLONNIK	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													
	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)	100 g	porcja	RI (%)											
<b>OFERTA KLASYCZNA</b>																													
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	6,8	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		
Chikker®	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® Kłasyyczny 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		
<b>SALATKI</b>																													
Salatka		110	161	2	27	39	2	0,3	0,4	1	0,0	0,0	0	3,7	5,4	2	1,1	3,1	3	1,9	2,8	1,3	1,9	4	0,04	0,06	1	2	
Salatka Kurczak Premium	1a, 3, 7	528	1343	16	126	321	16	6,5	17	24	2,1	5,4	27	6,8	17	7	2,4	4,4	4	1,3	3,3	9,4	24	48	0,54	1,4	23		
<b>SOSY DO SALATEK</b>																													
Oliva z oliwek		3367	615	7	819	150	7	9,1	17	24	15	2,7	14	0	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	93	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 winegrat	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	16		
Sos czosnkowy	7	680	277	3	164	67	3	15	6,1	9</																			

