TABELA WARTOŚCI ODŻYWCZYCH

	ENERGIA		TŁUSZCZ		TŁUSZCZE NASZYCONE		WĘGLOWODANY		CUKRY		BŁONNIK		BIAŁKO		SÓL	
	kJ	kcal	g	%*	g	%*	g	%*	g	%*	g	%*	g	%*	g	%*
DANIA KLASYCZNE																
Cheeseburger	1553 kJ/	372 kcal/	13 g/	19 %	6 g/	30 %	37 g/	14 %	7 g/	8 %	2 g/	8 %	22 g/	44 %	1,1 g/	19 %
Big Mac®	2153 kJ/	508 kcal/	26 g/	37 %	9 g/	45 %	42 g/	16 %	9 g/	10 %	3 g/	12 %	25 g/	50 %	1,5 g/	25 %
McChicken®	1673 kJ/	400 kcal/	19 g/	27 %	3 g/	15 %	39 g/	15 %	5 g/	6 %	2 g/	8 %	14 g/	28 %	1,3 g/	21 %
McFish®	1673 kJ/	398 kcal/	19 g/	27 %	3 g/	15 %	39 g/	15 %	5 g/	6 %	2 g/	8 %	14 g/	28 %	1,3 g/	21 %
Double Cheeseburger	1880 kJ/	451 kcal/	23 g/	33 %	9 g/	45 %	35 g/	13 %	7 g/	8 %	2 g/	8 %	25 g/	50 %	1,5 g/	25 %
McDonald's Burger	1464 kJ/	352 kcal/	14 g/	20 %	6 g/	30 %	35 g/	13 %	7 g/	8 %	2 g/	8 %	17 g/	34 %	1,1 g/	19 %
Hamburger	1088 kJ/	260 kcal/	9 g/	13 %	3 g/	15 %	32 g/	12 %	6 g/	7 %	2 g/	8 %	13 g/	26 %	0,9 g/	15 %
Cheeseburger	1153 kJ/	277 kcal/	10 g/	14 %	4 g/	20 %	32 g/	12 %	7 g/	8 %	2 g/	8 %	14 g/	28 %	1,1 g/	19 %
McFish®	1673 kJ/	398 kcal/	19 g/	27 %	3 g/	15 %	39 g/	15 %	5 g/	6 %	2 g/	8 %	14 g/	28 %	1,3 g/	21 %
McChicken®	1673 kJ/	400 kcal/	19 g/	27 %	3 g/	15 %	39 g/	15 %	5 g/	6 %	2 g/	8 %	14 g/	28 %	1,3 g/	21 %
McDonald's Burger Royal	1880 kJ/	451 kcal/	23 g/	33 %	9 g/	45 %	35 g/	13 %	7 g/	8 %	2 g/	8 %	25 g/	50 %	1,5 g/	25 %
Big Mac® Bacon	2180 kJ/	523 kcal/	28 g/	40 %	10 g/	50 %	42 g/	16 %	9 g/	10 %	3 g/	12 %	26 g/	52 %	1,6 g/	26 %
Chicken Deluxe®	1946 kJ/	467 kcal/	21 g/	30 %	4 g/	20 %	45 g/	17 %	7 g/	8 %	3 g/	12 %	26 g/	52 %	1,6 g/	26 %
McFish® Deluxe	1946 kJ/	467 kcal/	21 g/	30 %	4 g/	20 %	45 g/	17 %	7 g/	8 %	3 g/	12 %	26 g/	52 %	1,6 g/	26 %
McDonald's Burger Royal Deluxe	2180 kJ/	523 kcal/	28 g/	40 %	10 g/	50 %	42 g/	16 %	9 g/	10 %	3 g/	12 %	26 g/	52 %	1,6 g/	26 %
SAŁATY																
Caesar Salad	1 porcja/	1 porcja/														
Caesar Salad z kurczakiem	1 porcja/	1 porcja/														
SOSY DO SAŁATY																
Sos Caesar	1 porcja/	1 porcja/														
Sos Caesar z kurczakiem	1 porcja/	1 porcja/														
Sos Włoski Winegrette	1 porcja/	1 porcja/														
Sos Włoski Winegrette z kurczakiem	1 porcja/	1 porcja/														
DESERY																
McFlurry® z kruszonką Oreo®	1255 kJ/	300 kcal/	9 g/	13 %	5 g/	25 %	47 g/	18 %	37 g/	41 %	0 g/	0 %	7 g/	14 %	0,3 g/	5 %
McFlurry® z kruszonką Oreo® z polewą czekoladową	1464 kJ/	350 kcal/	12 g/	17 %	6 g/	30 %	51 g/	19 %	39 g/	43 %	0 g/	0 %	8 g/	16 %	0,4 g/	6 %
McFlurry® z kruszonką karmelowo-orzechową	1255 kJ/	300 kcal/	9 g/	13 %	5 g/	25 %	47 g/	18 %	37 g/	41 %	0 g/	0 %	7 g/	14 %	0,3 g/	5 %
McFlurry® z kruszonką karmelowo-orzechową z polewą czekoladową	1464 kJ/	350 kcal/	12 g/	17 %	6 g/	30 %	51 g/	19 %	39 g/	43 %	0 g/	0 %	8 g/	16 %	0,4 g/	6 %
McFlurry® z kruszonką Oreo® z polewą truskawkową	1255 kJ/	300 kcal/	9 g/	13 %	5 g/	25 %	47 g/	18 %	37 g/	41 %	0 g/	0 %	7 g/	14 %	0,3 g/	5 %
McFlurry® z kruszonką Oreo® z polewą truskawkową z polewą czekoladową	1464 kJ/	350 kcal/	12 g/	17 %	6 g/	30 %	51 g/	19 %	39 g/	43 %	0 g/	0 %	8 g/	16 %	0,4 g/	6 %
McFlurry® z kruszonką karmelowo-orzechową z polewą truskawkową	1255 kJ/	300 kcal/	9 g/	13 %	5 g/	25 %	47 g/	18 %	37 g/	41 %	0 g/	0 %	7 g/	14 %	0,3 g/	5 %
McFlurry® z kruszonką karmelowo-orzechową z polewą czekoladową	1464 kJ/	350 kcal/	12 g/	17 %	6 g/	30 %	51 g/	19 %	39 g/	43 %	0 g/	0 %	8 g/	16 %	0,4 g/	6 %
McFlurry® z kruszonką Oreo® z polewą truskawkową z polewą czekoladową	1464 kJ/	350 kcal/	12 g/	17 %	6 g/	30 %	51 g/	19 %	39 g/	43 %	0 g/	0 %	8 g/	16 %	0,4 g/	6 %
McFlurry® z kruszonką karmelowo-orzechową z polewą truskawkową z polewą czekoladową	1464 kJ/	350 kcal/	12 g/	17 %	6 g/	30 %	51 g/	19 %	39 g/	43 %	0 g/	0 %	8 g/	16 %	0,4 g/	6 %
PRODUKTY PIECZONE																
McDonald's Pączek z nadzieniem Brzoskwiniowym	1 porcja/	1 porcja/														
McDonald's Pączek z nadzieniem Truskawkowym	1 porcja/	1 porcja/														
McDonald's Donut	1 porcja/	1 porcja/														
McDonald's Donut Pączek z lukrem (5 szt.)	1 porcja/	1 porcja/														
McDonald's Donut	1 porcja/	1 porcja/														
McDonald's Donut z polewą czekoladowym	1 porcja/	1 porcja/														
McDonald's Donut z polewą truskawkowym	1 porcja/	1 porcja/														
McFlurry® z kruszonką z polewą truskawkowym	1 porcja/	1 porcja/														
McFlurry® z kruszonką z polewą czekoladowym	1 porcja/	1 porcja/														
McFlurry® z polewą czekoladowym	1 porcja/	1 porcja/														
McFlurry® z polewą truskawkowym	1 porcja/	1 porcja/														
McFlurry® z polewą truskawkowym z polewą czekoladowym	1 porcja/	1 porcja/														
McFlurry® z polewą czekoladowym z polewą truskawkowym	1 porcja/	1 porcja/														
NAPOJE																
Coca-Cola®	1 porcja/	1 porcja/														
Coca-Cola® Light	1 porcja/	1 porcja/														
Coca-Cola® Zero	1 porcja/	1 porcja/														
Coca-Cola® Cherry	1 porcja/	1 porcja/														
Fanta® Pomarańcza	1 porcja/	1 porcja/														
Sprite	1 porcja/	1 porcja/														
Coca-Cola® Zero BLEK, 0,4L & 0,85*	1 porcja/	1 porcja/														
Lipton® Ice Tea	1 porcja/	1 porcja/														
Lipton® Ice Tea Cytrynowa	1 porcja/	1 porcja/														
Lipton® Ice Tea Cytrynowa Light	1 porcja/	1 porcja/														
Lipton® Ice Tea Brzoskwiniowa	1 porcja/	1 porcja/														
Woda gazowana	1 porcja/	1 porcja/														
Woda mineralna	1 porcja/	1 porcja/														
Tonic	1 porcja/	1 porcja/														
Tonic Light	1 porcja/	1 porcja/														
Mleko	1 porcja/	1 porcja/														
Mleko bez laktozy	1 porcja/	1 porcja/														
Mleko Waniliowe	1 porcja/	1 porcja/														
Mleko Waniliowe bez laktozy	1 porcja/	1 porcja/														
KAWY																
McCafé® Espresso	1 porcja/	1 porcja/														
McCafé® Espresso z kroplą mleka	1 porcja/	1 porcja/														
McCafé® Espresso Doppio	1 porcja/	1 porcja/														
McCafé® Espresso Doppio z kroplą mleka	1 porcja/	1 porcja/														
McCafé® Espresso Lungo	1 porcja/	1 porcja/														
McCafé® Espresso Lungo z kroplą mleka	1 porcja/	1 porcja/														
McCafé® Espresso Ristretto	1 porcja/	1 porcja/														
McCafé® Espresso Ristretto z kroplą mleka	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Macchiato	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Macchiato z kroplą mleka	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Macchiato z kroplą mleka z pianką	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Macchiato z kroplą mleka bez laktozy	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Macchiato z kroplą mleka bez laktozy z pianką	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą czekoladową	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą czekoladową	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą karamelową	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą karamelową	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą o smaku orzechowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą o smaku orzechowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą o smaku kokosowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą o smaku kokosowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą o smaku wiśniowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą o smaku wiśniowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą o smaku pistacjowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą o smaku pistacjowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą o smaku miętowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą o smaku miętowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą o smaku bakaliowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą o smaku bakaliowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka z pianką z polewą o smaku czekoladowym	1 porcja/	1 porcja/														
Espresso Con Panna z kroplą mleka bez laktozy z pianką z polewą o smaku czekolad