

### TABELA WARTOŚCI ODŻYWCZYCH McCAFÉ®

		E	NERGI	A	ENERGIA			TE	USZCZ	ZE	TŁU	KWASY SZCZO ASYCO	WE	WĘG	LOWOD	ANY		CUKRY		BŁOI	NNIK		BIAŁKO	)	SÓL			
		(kJ)				(kcal)			(g)			(g)			(g)			(g)		(9	g)		(g)			(g)		
		RI = 8400 kJ			RI = 2000 kcal			'	RI = 70 g	1	RI = 20 g			R	RI = 260 (	9	RI = 90 g				-		RI = 50 (	9	RI = 6 g			
	ALERGENY	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 (%)	
Espresso		5	2	0	1	0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,1	0,0	0	0,1	0,0	0	0,0	0,0	0,2	0,1	0	0,00	0,00	0	
Double Espresso		5	3	0	1	1	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,1	0,1	0	0,1	0,1	0	0,0	0,0	0,2	0,1	0	0,00	0,00	0	
Kawa czarna mała		5	10	0	1	2	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,1	0,2	0	0,1	0,2	0	0,0	0,0	0,2	0,4	1	0,00	0,00	0	
Kawa czarna średnia  Kawa czarna duża		5 5	15 20	0	1	3	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,1	0,3	0	0,1	0,3	0	0,0	0,0	0,2	0,6	2	0,00	0,00	0	
Kawa z mlekiem mała	7	99	215	3	23	51	3	1,2	2,6	4	0,8	1,7	9	0,1 1,8	0,4 4,0	2	1,8	4,0	4	0,0	0,0	1,3	0,8 2,9	6	0,00	0,00	1	
Kawa z mlekiem średnia	7	92	270	3	22	64	3	1,1	3,3	5	0,7	2,2	11	1,7	5,0	2	1,7	5,0	6	0,0	0,0	1,3	3,7	7	0,04	0,10	2	
Kawa z mlekiem duża	7	91	405	5	21	95	5	1,1	4,9	7	0,7	3,2	16	1,7	7,5	3	1,7	7,5	8	0,0	0,0	1,2	5,5	11	0,03	0,15	3	
Café Latte male	7	207	392	5	49	93	5	2,6	4,9	7	1,7	3,2	16	3,8	7,3	3	3,8	7,3	8	0,0	0,0	2,6	5,0	10	0,08	0,15	3	
Café Latte średnie	7	207	614	7	49	146	7	2,6	7,7	11	1,7	5,1	25	3,8	11	4	3,8	11	13	0,0	0,0	2,6	7,8	16	0,08	0,24	4	
Café Latte duże	7	207	784	9	49	186	9	2,6	9,9	14	1,7	6,5	32	3,8	15	6	3,8	15	16	0,0	0,0	2,6	10	20	0,08	0,31	5	
Cappuccino male	7	200	327	4	47	77	4	2,5	4,1	6	1,7	2,7	13	3,7	6,1	2	3,7	6,1	7	0,0	0,0	2,6	4,2	8	0,08	0,13	2	
Cappuccino średnie	7	197	484	6	47	115	6	2,5	6,1	9	1,6	4,0	20	3,7	9,0	3	3,7	9,0	10	0,0	0,0	2,5	6,2	12	0,08	0,19	3	
Cappuccino duże	7	198	628	7	47	149	7	2,5	7,9	11	1,6	5,2	26	3,7	12	4	3,7	12	13	0,0	0,0	2,5	8,0	16	0,08	0,25	4	
Flat White male	7	186	380	5	44	90	5 7	2,3	4,8	7	1,5	3,1	16	3,5	7,1	3	3,5	7,1	8	0,0	0,0	2,4	4,9	10	0,07	0,15	4	
Flat White średnie  Caramel Latte Macchiato	7	196 332	602 1278	7 15	47 79	143 303	15	2,5 2,8	7,6 11	11 15	1,6 1,8	5,0 7,1	25 35	3,6 11	11 42	16	3,6 7,6	11 29	12 33	0,0	0,0	2,5 2,5	7,7 9,6	15 19	0,08	0,24	7	
Apple Pie Latte Macchiato*	7	294	1127	13	70	268	13	2,3	8,7	12	1,5	5,7	29	10	39	15	9,9	38	42	0,0	0,0	2,3	8,9	18	0,07	0,28	5	
Choco Latte Macchiato	7	415	1747	21	99	415	21	3,8	16	23	2,8	12	60	13	54	21	12	51	57	0,3	1,1	3,1	13	26	0,14	0,60	10	
Herbata zimowa z jabłkami*		194	779	9	46	186	9	0	0,1	0	0	0	0	11	45	17	11	43	48	0,2	0,8	0	0,1	0	0,01	0,03	1	
Kawa mała z napojem owsianym	1d	94	205	2	22	49	2	1,1	2,4	3	0,1	0,2	1	2,5	5,5	2	1,3	2,8	3	0,4	0,8	0,4	0,9	2	0,05	0,10	2	
Kawa średnia z napojem owsianym	1d	88	258	3	21	61	3	1,0	3,0	4	0,1	0,3	2	2,4	6,9	3	1,2	3,5	4	0,3	1,0	0,4	1,2	2	0,04	0,13	2	
Kawa duża z napojem owsianym	1d	87	387	5	21	91	5	1,0	4,5	6	0,1	0,5	2	2,3	10	4	1,2	5,2	6	0,3	1,5	0,4	1,8	4	0,04	0,20	3	
Café Latte małe z napojem owsianym	1d	197	374	4	47	89	4	2,4	4,5	6	0,2	0,5	2	5,3	10	4	2,6	5,0	6	0,8	1,5	0,7	1,3	3	0,10	0,20	3	
Café Latte średnie z napojem owsianym	1d	197	586	7	47	139	7	2,4	7,1	10	0,2	0,7	4	5,3	16	6	2,6	7,8	9	0,8	2,4	0,7	2,0	4	0,10	0,31	5	
Café Latte duże z napojem owsianym	1d	197	748	9	47	178	9	2,4	9,0	13	0,2	0,9	5	5,3	20	8	2,6	10	11	0,8	3,0	0,7	2,5	5	0,10	0,39	7	
Cappuccino małe z napojem owsianym	1d	190	312	4	45	74	4	2,3	3,8	5	0,2	0,4	2	5,1	8,4	3	2,5	4,2	5	0,8	1,3	0,7	1,1	2	0,10	0,16	3	
Cappuccino średnie z napojem owsianym  Cappuccino duże z napojem owsianym	1d	188 189	462 599	7	45 45	110	5 7	2,3	5,6 7,2	10	0,2	0,6	3	5,1 5,1	12 16	5 6	2,5 2,5	6,2 8,0	9	0,8	1,9 2,4	0,6	1,6 2,1	3 4	0,10 0,10	0,24	5	
Flat White male z napojem owsianym	1d	177	362	4	42	86	4	2,3	4,3	6	0,2	0,7	2	4,8	9,8	4	2,3	4,8	5	0,7	1,4	0,6	1,3	3	0,09	0,19	3	
Flat White średnie z napojem owsianym	1d	187	574	7	44	136	7	2,2	6,9	10	0,2	0,7	3	5,0	15	6	2,5	7,7	9	0,7	2,3	0,6	2,0	4	0,10	0,30	5	
Caramel Latte Macchiato z napojem owsianym	1d,7	323	1246	15	77	295	15	2,6	10	14	0,6	2,1	11	12	47	18	6,5	25	28	0,7	2,7	0,8	2,9	6	0,12	0,47	8	
Apple Pie Latte Macchiato z napojem owsianym*	1d	285	1094	13	68	261	13	2,1	8,0	11	0,2	0,8	4	11	43	17	8,8	34	37	0,7	2,7	0,6	2,3	5	0,09	0,35	6	
Choco Latte Macchiato z napojem owsianym	1d,7	407	1715	20	97	407	20	3,6	15	22	1,7	7,0	35	14	59	23	11	47	52	0,9	3,8	1,5	6,3	13	0,17	0,68	11	
Kawa mała z mlekiem bez laktozy	7	75	163	2	18	38	2	0,6	1,2	2	0,4	0,8	4	1,8	4,0	2	1,8	4,0	4	0,0	0,0	1,3	2,9	6	0,04	0,08	1	
Kawa średnia z mlekiem bez laktozy	7	70	205	2	16	48	2	0,5	1,5	2	0,4	1,0	5	1,7	5,0	2	1,7	5,0	6	0,0	0,0	1,3	3,7	7	0,04	0,10	2	
Kawa duża z mlekiem bez laktozy	7		308	4	16	72	4	0,5	2,3	3	0,3	1,5	8	1,7	7,6	3	1,7	7,6	8	0,0	0,0	1,2	5,5	11	0,03	0,15	3	
Café Latte małe z mlekiem bez laktozy	7	156	295	4	37	70	3	1,2	2,3	3	0,8	1,5	8	3,9	7,3	3	3,9	7,3	8	0,0	0,0	2,6	5,0	10	0,08	0,15	3	
Café Latte duże z miekiem bez laktozy	7	156	463	6	37	109	5	1,2	3,6	5	0,8	2,4	12	3,8	11	4	3,8	11	13	0,0	0,0	2,6	7,9	16	0,08	0,24	4	
Café Latte duże z mlekiem bez laktozy  Cappuccino małe z mlekiem bez laktozy	7	156 150	591 246	3	37 36	140 58	3	1,2	4,6 1,9	7	0,8	3,1 1,3	15 6	3,9	15 6,1	2	3,9	15 6,1	16 7	0,0	0,0	2,6	10 4,2	20 8	0,08	0,31	5 2	
Cappuccino male z miekiem bez laktoży  Cappuccino średnie z mlekiem bez laktoży	7	149	365	4	35	86	4	1,2	2,9	4	0,8	1,3	10	3,7	9,0	3	3,7	9,0	10	0,0	0,0	2,5	6,2	12	0,08	0,13	3	
Cappuccino duże z mlekiem bez laktozy	7	149	473	6	35	112	6	1,2	3,7	5	0,8	2,5	12	3,7	12	4	3,7	12	13	0,0	0,0	2,5	8,1	16	0,08	0,15	4	
Flat White małe z mlekiem bez laktozy	7	140	287	3	33	68	3	1,1	2,2	3	0,7	1,5	7	3,5	7,1	3	3,5	7,1	8	0,0	0,0	2,4	4,9	10	0,07	0,15	2	
Flat White średnie z mlekiem bez laktozy	7	148	454	5	35	107	5	1,2	3,6	5	0,8	2,4	12	3,7	11	4	3,7	11	12	0,0	0,0	2,5	7,7	15	0,08	0,24	4	
Caramel Latte Macchiato z mlekiem bez laktozy	7	287	1107	13	68	262	13	1,6	6,1	9	1,1	4,1	20	11	42	16	7,6	29	33	0,0	0,0	2,5	9,6	19	0,10	0,40	7	
Apple Pie Latte Macchiato z mlekiem bez laktozy*	7	249	956	11	59	227	11	1,1	4,1	6	0,7	2,7	14	10	39	15	9,9	38	42	0,0	0,0	2,3	8,9	18	0,07	0,28	5	
Choco Latte Macchiato z mlekiem bez laktozy	7	374	1576	19	89	374	19	2,7	11	16	2,1	8,9	45	13	54	21	12	51	57	0,3	1,1	3,1	13	26	0,14	0,60	10	
Syrop waniliowy		1078	136	2	258	32	2	0	0	0	0	0	0	65	8,0	3	64	5	6	0	0	0	0	0	0,23	0	0	
Syrop karmelowy	10 10 4 0 0 7 0 - 0 - 0 - 1	1371	136	2	328	32	2	0	0	0	0	7.4	0	82	8,0	3	82	5	6	0 7	0	0	0	0	0,03	0 76	0	
Ciacho słony karmel Ciacho z kawałkami czekolady	1a, 1c-d, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g-h	1906 1939	1449 1552	17 18	455 464	346 372	17 19	22 24	17 19	24	9,8	7,4 9,8	37 49	59 56	45 45	17 17	32 40	24 32	27 36	0,7 2,8	0,5 2,2	4,1 5,1	3,1 4,0	6 8	1,0 0,7	0,76	13 9	
Ciacho owsiane	1a, 1c-d, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g-h 1a, 1c-d, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g-h	1874	1495	18	448	358	18	22	17	25	11	9,8	49	54	43	17	32	25	28	4,3	3,4	6,2	4,0	10	0,7	0,54	5	
Croissant maślany	1a, 1c-u, 3, 6, 7, 6a-c, 6e, 6g-n	1529	935	11	366	224	11	20	12	17	13	8,0	40	39	24	9	5,7	3,5	4	1,3	0,8	6,2	3,8	8	0,35	0,28	10	
Croissant z nadzieniem kakaowym	1a, 3, 6, 7, 8a-i, 10, 11	1826	1625	19	438	390	20	27	24	34	12	11	55	40	36	14	13	12	13	1,9	1,7	7,4	6,6	13	0,7	0,62	10	
Muffin z truskawkami i białą czekoladą	1a, 3, 6, 7	1525	1388	17	364	331	17	18	16	23	3,7	3,4	17	46	42	16	27	25	28	1,2	1,1	4,0	3,6	7	0,4	0,35	6	
Muffin z czekoladą	1a, 3, 6, 7	1625	1950	23	389	467	23	22	26	37	0,4	5,0	25	43	52	20	25	30	33	1,9	2,3	4,4	5,3	11	0,94	1,13	19	
Makaronik o smaku pistacjowym	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g, 11	2055	370	4	491	88	4	28	5,0	7	6,8	1,2	6	55	9,9	4	51	9,2	10	3,4	0,6	3,7	0,7	1	0,1	0,02	0	
Makaronik o smaku czekoladowym	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g, 11	1973	355	4	491	88	4	23	4,2	6	7,8	1,4	7	59	11	4	55	9,9	11	2,7	0,5	9,4	1,7	3	0,12	0,02	0	
Makaronik o smaku malinowym	1a, 1c, 3, 6, 7, 8a-c, 8e, 8g, 11	1913	344	4	469	84	4	16	2,9	4	0	0	0	70	13	5	67	12	13	4,4	0,8	9,5	1,7	3	0,1	0,02	0	

w Europie, Ze wzoledu na korzystanie z różnych źródel zapostrzenia, repionalizacje rynków, a także pory roku rzeczywiste wartości odźywcze produktów McDonald's może sie zmienić, na przykład w przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże sie zmienić, na przykład w przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's może sie zmienić, na przykład w przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże sie zmienić, na przykład w przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przykład w przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przykład w przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach McDonald's noże się zmienić, na przybatku wytwarzane sa na mieiscu w restauracjach wytwarzane sa

RI – referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400 kJ/ 2000 kcal)

te mogą się różnić od porcji stanowjących bazę analiz dokonanych na potrzeby tego zestawienia. Informacje o wartościach odzywczych poszczególnych napojów opracowano w odniesieniu do ilości napoju określone 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.

Legenda: 0 = wartość 0,5 albo mniejsza ALERGENY:

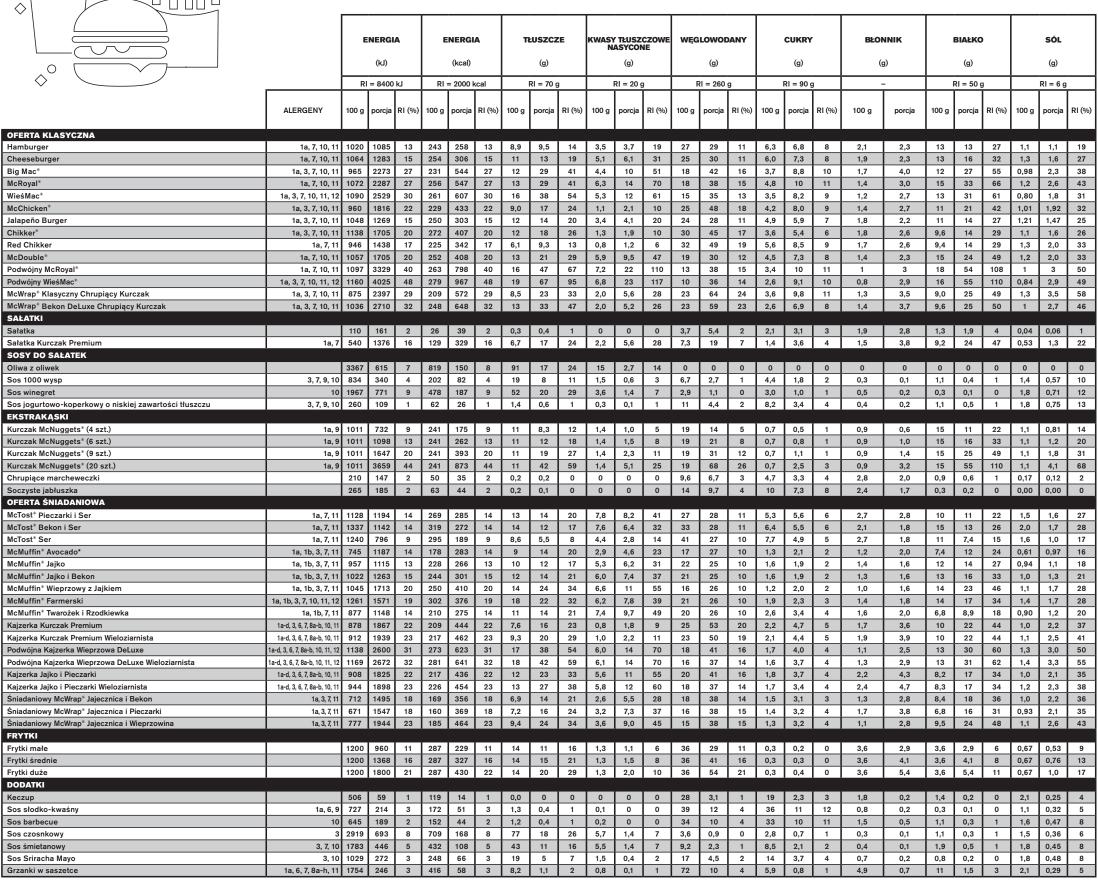
ZAPRASZAMY NA STRONĘ

Pełna lista dostępnych produktów znajduje

się na www.mcdonalds.pl



# TABELA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYCH



Grzanki w saszetce

RI – referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400 kJ/ 2000 kcal)

Legenda: 0 = wartość 0,5 albo mniejsz ALERGENY:

Sos Sriracha Mayo

ZAPRASZAMY NA STRONĘ WWW.MCDONALDS.PL

Pełna lista dostępnych produktów znajduje się na www.mcdonalds.pl

w Europie, Ze wzoledu na korzystanie z różnych źródeł zapoatzaenia, repionalizacje rynków, a także pory roku rzeczywiste wartości odżywcze produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza odbienaje od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład produktów moza od przedstawionych w tabeli. Należy również zaznaczyć, że skład zaznaczyć

te mogą się różnić od porcji stanowiących bazę analiz dokonanych na potrzeby tego zestawienia. Informacje o wartościach odżywczych poszczególnych popów opracowano w odniesieniu do ilości napoju określone 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.

<sup>1</sup> Produkt zawiera gluten: a) pszenny, b) żytni, c) jeczmienny, 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 soje; 7 Produkt zawiera mlekc

<sup>1</sup> Produkt zawiera gluten: a) pszenny, b) zytni, c) jęczmienny, d) owisany, e) orkiszowy, f) kamut; Z Produkt zawiera spej; f Produkt zawiera jaja; 4 Produkt zawiera ryby; 5 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soje; f Produkt zawier

ALLERGENS: ALLENGENS:

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; 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 molluscs;

"from - to" means all allergens in this range

ALERGENY:

1 Produkt zawiera gluten: a) pszenny, b) żytni, c) jęczmienny, d) owsiany, e) orkiszowy, f) kamut; 2 Produkt zawiera skorupiaki; 3 Produkt zawiera ryby; 5 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soje; 7 Produkt zawiera mleko;
8 Produkt zawiera orzechy: a) migdaly, b) laskowe, c) włoskie, d) nerkowca, e) pekan, f) brazylijskie, g) pistacjowe, h) makadamia, i) Queensland; 9 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczyce; 11 Produkt zawiera ziarna sezamu; 12 Produkt zawiera dwutlenek siarki; 13 Produkt zawiera łubin; 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, gorczyce, łubin, dwutlenek siarki i siarczyny oraz ryby, mięczaki i skorupiaki. ALLERGENS:

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; 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 molluscs;
"from - to" means all allergens in this range



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

## TABELA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYCH



$\Diamond$																												
			ENERGIA (kJ)			ENERGIA (kcal)			TŁUSZCZE			KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE (g)			(g)			CUKRY (g)			<b>BŁONNIK</b> (g)			•	<b>SÓL</b> (g)			
$\Diamond$		RI = 8400 kJ			RI	RI = 2000 kcal			RI = 70 q			RI = 20 q			RI = 260 g			RI = 90 q					RI = 50 c			RI = 6 a	-	
V		l N	- 8400	<u>~</u>	I N	<u> </u>	Lai		1 - 70 (			K1 - 20 g			1 - 200	9		1 - 30 (	<u> </u>		<u> </u>		1 - 30 (	<u> </u>	$\vdash$	KI = 0 g	$\vdash$	
	ALERGENY	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				,									,					,										
Spicy McCrispy*	1a, 1c, 3, 7, 10, 11	1066	2346	28	254	560	28	11	24	35	2,3	5	25	25	55	21	3,9	8,7	10	1,6	3,6	13	29	58	1,42	3,13	52	
McShaker* Fries z posypką o smaku śmietany z pieprzem	7 10, 10, 3, 7, 10, 11	1204	1402	17	287	335	17	13	16	22	1,4	1,6	8	36	42	16	0,5	0,6	1	3,6	4,2	3,8	4,5	9	0,99	1,16	19	
McCrispy*	1a, 1c, 3, 7, 10, 11	992	2305	27	237	550	27	10	23	33	1,4	2,7	14	24	56	21	4,7	11	12	1,7	4,2	12	27	54	1,01	2,35	39	
McCrispy* Supreme	1a, 1c, 7, 9, 10, 11	840	2343	28	200	558	28	6,8	19	27	1,7	4,6	23	23	64	24	6,1	17	19	1,7	4,9	11	30	60	1,23	3,43	57	
Maestro Grand Classic	1a, 1c, 7, 9, 10, 11	975	2997	36	233	716	36	12	37	52	4,3	13	67	17	52	20	4,5	14	15	1,7	4,5	13	40	80	1,07	3,30	55	
Maestro Bacon & Cheddar	1a, 5, 7, 5, 16, 11	1005	_	37	266	835	42	12	39	55	6	19	95	17	54	21	4,6	14	16	1,2	3,9	15	46	93	1,14	3,58	60	
McCrispy® Tenders 3 szt.	1a, 7, 11	1117	1508	18	267	360	18	14	19	27	1,5	2,1	10	17	22	9	0	0	0	1,2	1,6	19	25	51	1,14	2,1	35	
McCrispy* Tenders 5 szt.	1a, 9	1117	2513	30	267	601	30	14	32	45	1,5	3,4	17	17	37	14	0	0	0	1,2	2,7	19	42	85	1,5	3,5	58	
McCrispy® Tenders 6 szt.	1a, 9	1117	3016	36	267	721	36	14	38	54	1,5	4,1	21	17	45	17	0	0	0	1.2	3,2	19	51	102	1,5	4,2	69	
Veggie Burger	1a, 1c-d, 3, 7, 10, 11	865	2289	27	207	548	27	11	29	41	2,6	6,8	34	20	53	20	4,8	13	14	2,9	7,7	5,8	15	30	1,3	3,4	57	
Veggie McWrap	1a, 1c-d, 3, 7, 10, 11	884	2499	30	212	599	30	11	32	45	2,7	7,6	38	21	59	23	3,1	8,9	10	2,7	7,8	5,5	16	31	1,4	3,9	65	
DESERY	14, 10 4, 0, 1, 10, 11	004	2400	- 00	212	000	- 00		02	40	2,1	1,0	00	2.	00	20	0,1	0,0	10	2,7	7,0	0,0	10	01	1,4	0,0	- 00	
Lody o smaku waniliowym:		_	_	_			_	_		_		_		_			_	_					_					
z polewą o smaku czekoladowym	7	778	1178	14	185	280	14	5,3	8,1	12	4,1	6,3	32	30	45	17	27	41	46	0,7	1,0	3,9	5,9	12	0,22	0,33	6	
z polewą truskawkową	7	645	967	12	153	229	11	2,8	4,2	6	1,9	2,8	14	29	43	17	25	38	42	0,4	0.6	2,8	4,1	8	0,11	0,17	3	
z polewą karmelową	7	792	1217	14	188	288	14	4,0	6,1	9	2,7	4,1	21	35	53	20	26	40	44	0	0	3,2	4,9	10	0,19	0,29	5	
McFlurry* Lion* o smaku waniliowym	1a, 1c, 6, 7, 8a-b	728	1156	14	173	275	14	5,3	8,4	12	3,4	5,4	27	27	43	17	22	35	39	0,3	0,4	3,8	6,0	12	0,18	0,29	5	
McFlurry* Lion* o smaku waniliowym z polewą o smaku czekoladowym	1a, 1c, 6, 7, 8a-b	852	1677	20	202	398	20	6,2	12	17	4,6	9,0	45	32	63	24	28	55	61	0,6	1,3	4,0	8,0	16	0,23	0,46	8	
McFlurry* Lion* o smaku waniliowym z polewą karmelową	1a, 1c, 6, 7, 8a-b	861	1718	20	204	408	20	5,3	11	15	3,4	6,7	34	36	71	27	26	51	57	0,2	0,4	3,3	6,7	13	0,2	0,42	7	
McFlurry* Lion* o smaku waniliowym z polewą truskawkową	1a, 1c, 6, 7, 8a-b	752	1472	18	178	347	17	4,3	8,5	12	2,8	5,4	27	31	61	23	26	51	56	0,5	1,0	3,1	6,1	12	0,15	0,30	5	
McFlurry* M&M's* o smaku waniliowym	7	825	1417	17	196	337	17	6,5	11	16	4,1	7,1	36	30	52	20	28	48	53	0,7	1,2	3,8	6,5	13	0,15	0,25	4	
McFlurry* M&M's* o smaku waniliowym z polewą o smaku czekoladowym	7	922	1936	23	219	460	23	7,1	15	21	5,1	11	55	34	72	28	32	68	76	1,0	2,1	4,0	8,4	17	0,20	0,42	7	
McFlurry* M&M's* o smaku waniliowym z polewą karmelową	7	931	1980	24	221	470	24	6,2	13	19	4,0	8,4	42	38	80	31	30	63	70	0,6	1,2	3,4	7,2	14	0,18	0,38	6	
McFlurry* M&M's* o smaku waniliowym z polewą truskawkową	7	831	1733	21	197	411	21	5,4	11	16	3,4	7,1	36	34	70	27	30	63	70	0,9	1,8	3,2	6,6	13	0,12	0,26	4	
Shake o smaku czekoladowym mały	7	497	860	10	118	204	10	2,3	4,0	6	1,6	2,7	14	21	36	14	17	30	33	0,4	0,6	3,3	5,8	12	0,17	0,30	5	
Shake o smaku czekoladowym duży	7	497	1376	16	118	326	16	2,3	6,4	9	1,6	4,4	22	21	57	22	17	48	53	0,4	1,0	3,3	9,2	18	0,17	0,48	8	
Shake o smaku waniliowym mały	7	488	842	10	116	199	10	2,1	3,7	5	1,5	2,5	13	21	36	14	19	32	36	0	0	3,0	5,2	10	0,11	0,18	3	
Shake o smaku waniliowym duży	7	488	1348	16	116	319	16	2,1	5,9	8	1,5	4,1	21	21	58	22	19	51	57	0	0	3,0	8,4	17	0,11	0,30	5	
Shake o smaku truskawkowym mały	7	496	856	10	117	203	10	2,1	3,7	5	1,5	2,5	13	21	37	14	19	34	38	0	0	3,0	5,2	10	0,11	0,19	3	
Shake o smaku truskawkowym duży	7	496	1370	16	117	324	16	2,1	5,9	8	1,5	4,1	21	21	59	23	19	54	60	0	0	3,0	8,4	17	0,11	0,30	5	
Ciastko jabłkowe	1a, 7	1187	955	11	284	228	11	15	12	17	3,5	2,8	14	34	28	11	11	9,2	10	1,9	1,5	2,9	2,3	5	0,41	0,33	6	

Pełna lista dostępnych produktów znajduje się na www.mcdonalds.pl

ZAPRASZAMY NA STRONĘ WWW.MCDONALDS.PL

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 molluscs;

"from - to" means all allergens in this range w Europie. Ze względu na korzystanie z różnych źródel zapatrzenia, regionalizację rynków, a także pory oku rzeczywiste wartości odżywcze produktów McDonald's może się zmienić, na przykład w przypadku wdrożenia nowych receptur. Sprzedawane produktów wytwarzane są na miejscu w restauracjach McDonald's, co w sposób naturalny wpływa na nieznaczne wahania wielkości serwowanych poroji, a zatem poroje te moga się różnić od porcji stanowiających bazę analiz dokonanych na potrzeby tego zestawina. 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.modonalds.pl.

ALERGENY:

1 Produkt zawiera gluten: a) pszenny, b) żytni, c) jęczmienny, d) owsiany, e) orkiszowy, f) kamut; 2 Produkt zawiera skorupiaki; 3 Produkt zawiera jaja; 4 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soje; 7 Produkt zawiera mleko; 8 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soje; 7 Produkt zawiera soje; 7 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczyce; 11 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczyce; 11 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczyce; 11 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczyce; 11 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczyce; 11 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera seler; 10 Produkt zawiera gorczyce; 11 Produkt zawiera seler; 10 Produ

## TABELA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYC



		ENERGIA			ENERGIA (kcal)			TŁUSZCZE (g)			KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE (g)			(g)			<b>CUKRY</b> (g)			<b>BŁONNIK</b> (g)		<b>BIALKO</b> (g)					
$\Diamond$		RI	RI = 8400 kJ		RI	RI = 2000 kcal			RI = 70 g			RI = 20 g			RI = 260	 g	RI = 90 g			_	RI = 50 g			RI = 6 g			
	ALERGENY	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 (%)
DODATKI																											
Pomidor		76	13	0	18	3,1	0	0,2	0,0	0	0,0	0,0	0	2,6	0,4	0	2,5	0,4	0	1,0	0,2	1,0	0,2	0	0,01	0,00	0
Sos majonezowy	3, 10	1003	199	2	242	48	2	21	4,2	6	1,6	0,3	2	12	2,4	1	6,8	1,3	1	0,3	0,1	0,6	0,1	0	1,9	0,38	6
Bekon	7	2115	212	3	508	51	3	36	3,6	5	17	1,7	9	4,1	0,4	0	0,5	0,1	0	0,0	0,0	41	4,1	8	2,6	0,26	4
Papryczki jalapeño 6 szt.		71	8,5	0	18	2,2	0	0,2	0,0	0	0,1	0,0	0	2,4	0,3	0	0,0	0,0	0	1,5	0,2	0,0	0,0	0	5,7	0,68	11
Sos pikantny z zielonym sosem chili	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		143	7,2	0	34	1,7	0	0,7	0,0	0	0,1	0,0	0	3,7	0,2	0	2,1	0,1	0	1,6	0,1	2,6	0,1	0	0,07	0,00	0
Burger wołowy 4:1		1156	1057	13	278	254	13	20	19	27	9,1	8,3	41	0,0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	23	21	43	0,48	0,44	7
Ser cheddar topiony	7	1393	198	2	335	48	2	26	3,7	5	17	2,4	12	7,6	1,1	0	3,6	0,5	1	0	0	19	2,7	5	3,4	0,48	8
Sałata lodowa krojona		64	13	0	15	3,2	0	0,2	0,1	0	0,0	0,0	0	1,6	0,4	0	1,6	0,3	0	1,0	0,2	0,8	0,2	0	0,03	0,01	0
Cebula świeża		130	9,1	0	32	2,2	0	0,2	0,0	0	0,1	0,0	0	4,9	0,3	0	4,9	0,3	0	1,8	0,1	1,2	0,1	0	0,01	0,00	0
Sos musztardowo-chrzanowy	3, 10 12	2547	484	6	618	117	6	67	13	18	5,2	1,0	5	3,7	0,7	0	3,4	0,6	1	1,5	0,3	1,9	0,4	1	1,6	0,29	5
Pikle		35	1,3	0	8,6	0,3	0	0	0	0	0	0	0	1,2	0,0	0	0	0	0	1,1	0,0	0,3	0,0	0	2,6	0,10	2
Musztarda	10		2,1	0	69	0,5	0	4,2	0,0	0	0	0	0	1,8	0,0	0	0,7	0,0	0	3,6	0,0	4,4	0,0	0	2,7	0,02	0
Keczup		506	58	1	119	14	1	0,0	0	0	0	0	0	28	3,2	1	19	2,1	2	1,8	0,2	1,4	0,2	0	2,1	0,24	4
Kurczak panierowany	1a		845	10	238	202	10	12	10	15	1,5	1,3	6	15	13	5	0,5	0,4	0	1,2	1,0	17	14	29	1,1	0,89	15
Sos pomidorowy z cebulą		593	135	2	140	32	2	0,9	0,2	0	0,1	0,0	0	30	6,9	3	27	6,2	7	1,4	0,4	1,5	0,3	1	3,2	0,73	12
Mięso wieprzowe		1261	598	7	304	144	7	25	12	17	9,8	4,7	23	1,6	0,8	0	0,3	0,2	0	0	0	19	9,0	18	1,4	0,64	11
Jajko sadzone	3, 7	582	262	3	139	63	3	9,7	4,4	6	3,2	1,4	7	0,6	0,3	0	0,0	0,0	0	0,0	0,0	13	5,6	11	0,40	0,18	3
Cebula czerwona		195	16	0	46	3,7	0	0,1	0,0	0	0,0	0,0	0	9,3	0,7	0	4,2	0,3	0	1,7	0,2	1,1	0,1	0	0,01	0,00	0
NAPOJE					,																					إسلاما	
Coca-Cola mała		180	467	6	42	109	5	0	0	0	0	0	0	11	26	10	11	28	31	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Coca-Cola średnia		180	748	9	42	174	9	0	0	0	0	0	0	11	44	17	11	44	49	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Coca-Cola duża		180	935	11	42	218	11	0	0	0	0	0	0	11	55	21	11	53	59	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Coca-Cola Zero (mała 250 ml, średnia 400 ml, duża 500 ml)*		1	3/5/6	0	0	1/2/2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,03	0,06/0,1/0,1	0
Fanta mała		178	462	6	42	109	5	0	0	0	0	0	0	10	27	10	10	27	30	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Fanta średnia		178	739	9	42	174	9	0	0	0	0	0	0	10	43	17	10	43	48	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Fanta duża		178	924	11	42	218	11	0	0	0	0	0	0	10	53	20	10	53	59	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Sprite maly*		38	95	1	9,0	23	1	0	0	0	0	0	0	2,0	5	2	2,0	5,0	5,6	0	0	0	0	0	0,02	0,05	1
Sprite średni*		38	152	2	9,0	36	2	0	0	0	0	0	0	2,0	8	3	2,0	8,0	8,9	0	0	0	0	0	0,02	0,08	1
Sprite duży*		38	190	2	9,0	45	2	0	0	0	0	0	0	2,0	10	4	2,0	10	11	0	0	0	0	0	0,02	0,10	2
Lipton Ice Tea Lemon mała		66	193	2	16	45	2	0	0	0	0	0	0	3,8	11	4	3,7	11	12	0	0	0,4	1,3	3	0,02	0,05	1
Lipton Ice Tea Lemon średnia		66	308	4	16	72	4	0	0	0	0	0	0	3,8	18	7	3,7	17	19	0	0	0,4	2,0	4	0,02	0,08	1
Lipton Ice Tea Lemon duża		66	385	5	16	90	5	0	0	0	0	0	0	3,8	22	8	3,7	22	24	0	0	0,4	2,5	5	0,02	0,10	2
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	0,00	0,00	0
Sok pomarańczowy		184	385	5	43	90	4	0	0	0	0	0	0	9,0	19	7	9,0	19	21	0	0	0,7	1,5	3	0,00	0,00	0
Sok jabłkowy		179	374	4	42	88	4	0	0	0	0	0	0	9,9	21	8	9,0	20	22	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Herbata		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00	0,00	0
Kubuś Mus		244	195	2	57	46	2	0,3	0,2	0	0,1	0,0	0	12	9,8	4	12	9,2	10	1,7	1,4	0,6	0,5	1	0,01	0,01	0

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

ALERGENY:

1 Produkt zawiera gluten: a) pszenny, b) żytni, c) jęczmienny, d) owsiany, e) orkiszowy, f) kamut; 2 Produkt zawiera skorupiaki; 3 Produkt zawiera ryby; 5 Produkt zawiera orzeszki ziemne; 6 Produkt zawiera soję; 7 Produkt zawiera mleko;
8 Produkt zawiera gluten: a) migdaly, 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 dwutleneł siarki; 13 Produkt zawiera łubin; 14 Produkt zawiera mięczaki; "od – do" oznacza wszystkie alergeny w tym przedziałe.

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, łubin, dwutlenek siarki i siarczyny 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; 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 molluscs;

"from - to" means all allergens in this range

Pełna lista dostępnych produktów znajduje się na www.mcdonalds.pl

ZAPRASZAMY NA STRONĘ WWW.MCDONALDS.PL

w Europie. Ze względu na korzystanie z różnych źródeł zapatrzenia, regionalizację rynków, a takżę pory oku rzeczywiste wartości odżywcze produktów mcDanald's może się zmienić, na przykład w przypadku wdrożenia nowych receptur. Sprzedawane produktów wytwarzane są na miejscu w restauracjach McDonald's, co w sposóh naturalny wpływa na nieznaczne wahania wielkości serwowanych porcij, a zatem porcje w Cardysia Control of prociji Stanovija Control of Designatio of prociji Stanovija Control of Contr