

KARTY INFORMACYJNE PRODUKTÓW – MENU SZNYTKI

1. Kanapka z szarpaną wieprzowiną

- **Skład:** Bułka pszenna, szarpana wieprzowina, sos miodowo-musztardowy, ogórki konserwowe, sałata, masło, czerwona cebula.
- **Alergeny:** Gluten (**pszenica, jęczmień**), **Jaja, Ryby, Mleko, Gorczyca.**

Wartość odżywcza	W porcji (ok. 253 g)	W 100 g produktu
Wartość energetyczna	652 kcal	258 kcal
Białko	28,8 g	11,4 g
Tłuszcze	37,0 g	14,6 g
<i>w tym kwasy tł. nasycone</i>	8,9 g	3,5 g
Węglowodany	51,4 g	20,3 g

2. Kanapka z wieprzowiną na ostro

- **Skład:** Bułka pszenna, szarpaną wieprzowina, sos miodowo-musztardowy, ostry sos chili, papryczki jalapeno, ogórki konserwowe, sałata, masło, czerwona cebula.
- **Alergeny:** Gluten (**pszenica, jęczmień**), **Jaja, Ryby, Mleko, Gorczyca.**

Wartość odżywcza	W porcji (ok. 248 g)	W 100 g produktu
Wartość energetyczna	614 kcal	248 kcal
Białko	26,0 g	10,5 g
Tłuszcze	26,6 g	10,7 g
<i>w tym kwasy tł. nasycone</i>	8,1 g	3,3 g
Węglowodany	65,2 g	26,3 g

3. Kanapka z grillowanym kurczakiem

- **Skład:** Bułka pszenna, grillowany filec z piersi kurczaka, sos majonezowo-ketchupowy , świeży ogórek, sałata, masło, czerwona cebula.
- **Alergeny:** Gluten (**pszenica**), **Jaja**, **Mleko**, **Gorczyca**. *Może zawierać: Seler* (z ketchupu).

Wartość odżywcza	W porcji (ok. 253 g)	W 100 g produktu
Wartość energetyczna	598 kcal	236 kcal
Białko	30,3 g	12,0 g
Tłuszcze	31,2 g	12,3 g
w tym kwasy tł. nasycone	8,3 g	3,3 g
Węglowodany	49,7 g	19,6 g

4. Kanapka z pastą jajeczną

- **Skład:** Bułka pszenna, pasta jajeczna, chips z szynki szwarcwaldzkiej, masło, rzodkiewka.
- **Alergeny:** Gluten (**pszenica**), **Jaja**, **Mleko**, **Gorczyca**.

Wartość odżywcza	W porcji (ok. 187 g)	W 100 g produktu
Wartość energetyczna	521 kcal	279 kcal
Białko	17,6 g	9,4 g
Tłuszcze	25,4 g	13,6 g
w tym kwasy tł. nasycone	8,6 g	4,6 g
Węglowodany	55,3 g	29,6 g

5. Kanapka z szynką i serem

- **Skład:** Bułka pszenna, szynka drobiowa, ser gouda, masło, papryka czerwona, sałata.
- **Alergeny:** Gluten (**pszenica**), **Mleko**.

Wartość odżywcza	W porcji (ok. 210 g)	W 100 g produktu
Wartość energetyczna	498 kcal	237 kcal
Białko	23,6 g	11,2 g
Tłuszcze	18,6 g	8,9 g
<i>w tym kwasy tł. nasycone</i>	11,0 g	5,2 g
Węglowodany	57,0 g	27,1 g

6. Kanapka z burakiem i serem feta

- **Skład:** Bułka graham, gotowany burak, ser feta, rukola, masło, krem balsamiczny
- **Alergeny:** Gluten (mąka graham/pszenica), **Mleko**.

Wartość odżywcza	W porcji (ok. 198 g)	W 100 g produktu
Wartość energetyczna	425 kcal	215 kcal
Białko	13,3 g	6,7 g
Tłuszcze	16,1 g	8,1 g
<i>w tym kwasy tł. nasycone</i>	9,6 g	4,8 g
Węglowodany	57,7 g	29,1 g

7. Kanapka z twarożkiem

- **Skład:** Bułka pszenna, twarożek, rzodkiewka, sałata, masło.
- **Alergeny:** Gluten (**pszenica**), **Mleko**.

Wartość odżywcza	W porcji (ok. 195 g)	W 100 g produktu
Wartość energetyczna	421 kcal	216 kcal
Białko	17,5 g	9,0 g
Tłuszcze	12,7 g	6,5 g
<i>w tym kwasy tł. nasycone</i>	7,6 g	3,9 g
Węglowodany	58,3 g	29,9 g