

I już wiesz,
co zjesz!

Porcja (g)	Na 100g	Energia (kcal)	Energia (kJ)	Tłuszcz (g)	Tłuszcz nienasycone (g)	Tłuszcz trans (g)	Węglowodany (g)	Cukry (g)	Błonnik (g)	Białko (g)	Sól (g)	Obrotka termiczna - czas (min. / sek.)	Obrotka termiczna - temperatura (°C)	Zboża zaw. glutenu (1)	Garczyca (2)	Jaja (3)	Mleko (4)	Orzechy (5)	Ryby (6)	Seler (7)	Sezam (8)	Skorupiaki i mięczaki (9)	Soja (10)	Siarczyny (11)	Lubin (12)	
HOT DOG																										
Parówki																										
Kabanos naturalny	70	244	1014	20		7	3,1	0,1		13	3	30 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Parówka	70	267	1105	23		8	2,6	0,7		12	2,9	30 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Parówki z szynki	70	296	1224	26		9,2	1,4	1,2		14	2,5	30 minut	72°C	?	?		?			?				?		
Chili	70	276	1143	24		8,3	2,7	0,2		12	3	30 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Bekon i ser	70	266	1105	22		8,2	3,1	1,2		14	3	30 minut	72°C	?	?		+			?				+		
Kebab	70	278	1152	23		8,4	3,5	0,1		14	3,1	30 minut	72°C	?	+		?			?				+		
Italiana	70	262	1084	22		7,8	3,5	1,4		12	2,9	30 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Biała kielbasa z czosnkiem	70	255	1056	21		7,2	2,9	0,4		13	2,5	30 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Mega hot roll	100	234	971	17		6,4	1,7	0,9		18	1,2	45 minut	72°C	?	?	?	?			?				+		
Mega parówka	110	267	1105	23		8	2,6	0,7		12	2,9	35 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Mega italiana	110	262	1084	22		7,8	3,5	1,4		12	2,9	35 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Mega kabanos	110	244	1014	20		7	3,1	0,1		13	3	35 minut	72°C	?	?		?			?				+		
Bułki																										
Bułka pszenna standard	60	255	1068	1,04	0,75	0,23	54,09	0,15		9,2	1,12	1 minuta	250°C	+								?		?		
Bułka graham z ziarnami żyta	60	236	987	1,46	0,84	0,24	49,65	0,28	2,96	9,04	1,28	1 minuta	250°C	+								?		?		
Bułka mega pszenna standard	110	255	1067	1		0,2	52,4	3,1		9,1	1,12	1 minuta	250°C	+								?		?		
Bułka mega graham z ziarnami żyta	110	236	987	1,46	0,84	0,24	49,65	0,28	2,96	9,04	1,28	1 minuta	250°C	+								?		?		
Bułka ciabatta	100	248	1038	1		0,2	50	0,8		8,4	1,4	1 minuta	250°C	+		?	?					?		?		
Sosy																										
Sos amerykański	36	275	1134	24,8		1,7	11,1	3,3		1,2	1	nd	nd		+		+									
Musztarda słoneczna	36	140	588	0,2			11	11		6	5,6	nd	nd		+											
Sos 1000 island	36	286	1184	26,4		1,8	11,1	7,6		1	1,08	nd	nd		+		+									
Ketchup nr vii premium	36	147	626	0,1		0,1	34,7	34,7		1,9	2,35	nd	nd													
Sos belgijski	36	376	1554	32		2,2	21	12		1,5	2	nd	nd		+	+										
Sos chrzanowy	36	204	837	17,2		1,5	10,4	6,2		1,4	1,2	nd	nd		+	+	+							+		
Sos meksykański	36	88	372	0,3		0,1	19,6	17,8		1,2	1,3	nd	nd		+											
Sos włoski majonezowy z ziołami	36	429	1769	44		3,3	7,2	5,3		0,87	1,5	nd	nd		+	+										
Sos czosnkowy	36	447	1838	46		3,3	6,1	4,5		0,8	1,4	nd	nd		+		+									
Sos bazyliowy	36	439	1809	44,9		3,4	6,7	5,1		1	1,4	nd	nd		+	+										
Sos majonezowy salatkowy	36	410	1698	42		2,9	6,1	4,6		0,6	1,4	nd	nd		+		+									
Sos bbq 25g	25	114	477	0		0	24	21		0,7	0,95	nd	nd													
Majonez czosnkowy 25g	25	447	1838	46		3,3	6,1	4,5		0,8	1,4	nd	nd		+		+									
Ketchup vii 25 g	25	147	626	0,1		0,1	34,7	34,7		1,9	2,35	nd	nd													
NAPOJE STOP CAFE																										
Kawy mrożone																										
Caffe latte	230ml	67	282	3,2	2		8,3	8,1		1,5	0,25	nd	nd				+									
Caffe vanilla	230ml	69	291	3,1	2		8,8	8,3		1,5	0,23	nd	nd				+									
Kawy																										
Espresso Doppio	70ml	2	8,4	0		0	0,3	0		0,2	0	nd	nd													
Kawa czarna	210/420ml	2	8,4	0		0	0,3	0		0,2	0	nd	nd													
Cappuccino	210/420ml	33	139	1,7		1,0	2,5	2,5		1,6	0,1	nd	nd				+									
Cafe Latte	210/420ml	48	198	2,4		1,5	3,6	3,6		2,3	0,1	nd	nd				+									
Flat White	210/420ml	45	186	2,3		1,4	3,4	3,4		2,1	0,1	nd	nd				+									
Cafe Mocha	210/420ml	72	304	2,0		1,5	10,8	9,7		2,0	0,2	nd	nd				+									
Kawa z mlekiem	210/420ml	25	103	1,2		0,8	1,8	1,8		1,1	0	nd	nd				+									
Gojące mleko	210/420ml	62	249	3,2		2,0	4,7	4,7		3,0	0,1	nd	nd				+									
Czekolada	210/420ml	80	336	2,1		1,6	12,6	11,3		2,2	0,2	nd	nd				+									
Herbata																										
Herbata	210/420ml											3 minuty	95°C													
Sok z cytryny	4	1		0,02		0	0,35			0,02	0	nd	nd													
Miód wieloowocowy	16	319	1357	0		0	80	74		0,3	0	nd	nd													
Syrop malinowy	21	73		0		0	18			0	0	nd	nd													

Legenda:
+ produkt zawiera alergen
? produkt może zawierać alergen

UWAGA:
Ze względu na technologię podgrzewania produktów do hot doga (różne rodzaje parówek, bułek) mają one styczność ze sobą więc także z alergenami występującymi w tych grupach produktów.

Legenda:

- Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
- Garczyca i produkty pochodne.
- Jaja i produkty pochodne.
- Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
- Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne.
- Ryby i produkty pochodne.
- Seler i produkty pochodne.
- Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- Skorupiaki i mięczaki i produkty pochodne.
- Soja i produkty pochodne.
- Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców.
- Lubin i produkty pochodne.

I już wiesz,
co zjesz!

	Porcja (g)	Na 100g	Energia (kcal)	Energia (kJ)	Tłuszcz (g)	Tłuszcze nienasycone (g)	Tłuszcze trans (g)	Węglowodany (g)	Cukry (g)	Błonnik (g)	Białko (g)	Siarka (g)	Obrotka termiczna - czas (min. / sek.)	Obrotka termiczna - temperatura (°C)	Zboża zaw. glutenu (1)	Gorczyca (2)	Jaja (3)	Mleko (4)	Orzechy (5)	Ryby (6)	Seler (7)	Sezam (8)	Skorupiaki i mięczaki (9)	Soja (10)	Siarczyny (11)	Łubin (12)
KANAPKI																										
Bagietki																										
Bagietka hot strips	240			1421	22		2,3	24	1,8		10	1	1 minuta	260°C	+	+	+	+				?		+		
Bagietka debreczyńska	210			1421	23		2,8	25	2,6		10	1,4	1 minuta	260°C	+	+	+	+				?		+		
Bagietka bawarska	210			1172	16		1,9	23	1,5		10	1,8	1 minuta	260°C	+	+	+					?		+		
Bagietka góralska	190			1239	15		2,7	29	1,4		10	1,6	1 minuta	260°C	+	+	+	+				?		+		
Trójkąty																										
Trójkąt z szynką	210			1250	18		2,6	25	2		9	1,1	nd	nd	+	+	+	+				?		+		
Trójkąt z tuńczykiem	200			1228	16,7		2	25	2		11	1	nd	nd	+	+	+	+		+		?		+		
Trójkąt z jajkiem i bekonem	220			1242	18		5	25	3	10	0	1,7	nd	nd	+	+	+					?		+		
Trójkąt gyros	210			1147	15		1,5	24	2,3		11	1,1	nd	nd	+	+	+					?		+		
Panini																										
4 Sery	170			1304	16		5,5	31	1,9		12	1,5	3 min 45 sek.	280°C	+	+	+	+				?				
Szynka i ser	170			1197	15		4	25	1,9		13	1,8	3 min 4 5sek.	280°C	+	+	+	+				?				
Chicken bbq	180			1155	13		3,4	27	2,6		13	1,2	3 min 45 sek.	280°C	+	+	+	+				?				
Brownie	65	472		1968	28,8		10,1	44,6	35	3,6	6,6	0,5	nd	nd	+	+	+	+	+			?		+		
Muffin milka	75	456		1907	26,2		4,8	49,4	43,5		5	0,8	nd	nd	+	+	+	+				?		+		
Sękacz królewski	70	464		1946	27,6		9,5	45,2	27,6		8,8	0,3	nd	nd	+	+	+	+				?		+		
GORĄCE PRZEKĄSKI																										
Zapiekanki																										
Zapiekanka margherita	210		200	841	7,1		3,6	23	3	1,1	10,4	0,7	1 min 15 sek.	260°C	+	?	+	+	?			?		?		?
Zapiekanka extra pepperoni	210		238	996	10,7		5,2	22,5	2,3		12,4	0,8	1 min 15 sek.	260°C	+	?	+	+	?		?	?		?		?
Zapiekanka złocisty kurczak	210		234	981	9,8		3,4	22,9	2,4	0,9	12,6	0,8	1 min 15 sek.	260°C	+	+	+	+	?		?	?		?		?
Zapiekanka chorizo z kurczakiem	235		205	860	8,7		3,3	19,1	1,8	1	12,3	0,8	1 min 35 sek.	260°C	+	+	+	+	?	?	?	?	?	?	?	?
Zapiekanka pieczona wołowina	225		214	903	6		3,5	27,87	3,7		12,2	1,49	1 min 35 sek.	260°C	+	+	+	+	?	?	?	?	?	+	+	+
Specjały włoskie																										
Ciabatta milano	165		267	1119	11,6			27,3			13,3		1 min 30 sek.	260°C	+	?	+	+	?	?	?	?	?	?	?	?
Panini neapolitana	165		311	1301	17,1			25			14,3		1 min 15 sek.	260°C	+	?	+	+	?	?	+	?	?	?	?	?
Panini peperoni	200		251	1051	13,9			22,3			9,3		1 min 30 sek.	260°C	+	?	+	+	?	?	?	?	?	?	+	?
Panini toskańska	190		258	1083	11		0,7	30	3,6		9	1,5	1 min 30 sek.	260°C	+	+	+	?	?	?	?	?	?	?	?	?
Barca ze szpinakiem	160		281	1176	15			26			10	2,5	1 min 30 sek.	260°C	+	?	?	+	?	?	?	?	?	?	?	?
Nuggetsy, polędwiczki																										
Nuggetsy scb	150		179	754	6,6		1	13	1,4		17	1,26	1 min 10 sek	260°C	+	?	?	+			+			?		
Polędwiczki pikantne scb	140		175	734	7,6		0,9	7,8	0,3		19	1,82	1 min 10 sek	260°C	+	?	?	?			+			?		
Nuggetsy z kurczaka panierowane oshop	150		179	754	6,6		1	13	1,4		17	1,26	1 min 20sek	183°C	+	?	?	+	-	-	+	-	-	?	-	-
Polędwiczki z kurczaka panierowane oshop	140		175	734	7,6		0,9	7,8	0,3		19	1,82	2 minuty	183°C	+	?	?	?	-	-	+	-	-	?	-	-
Skrzydółka z kurczaka panierowane oshop	1szt.		238	993	15		3,8	10	0,2		16	2,31	1 min 40 sek.	183°C	+	?	?	?	-	-	+	-	-	?	-	-
Podudzie z kurczaka panierowane oshop	1szt.		200	834	11		2,5	11	1		15	2,3	2 min 20 sek.	183°C	+	?	?	?	-	-	+	-	-	?	-	-
Ciastko ze szpinakiem	100		244	1019	13,7		5,8	22,6	1,7	3,5	5,9	1,2	25 sekund	260°C	+	?	+	+						?	?	
Ciastko z pieczarkami	100		227	952	10,6	0,5	4	26,1	2,7	3	5,4	1,1	25 sekund	260°C	+	?	+	+						+	+	
ZDROWE PRZEKĄSKI																										
Snacki																										
Jabłko czerwone	120		60		0,2			13			0,31		nd	nd												
Jabłko zielone	120		62		0,2			16			0,31		nd	nd												
Marchewka	120		32		0,24			10			1,2		nd	nd												
Soki																										
Sok świeży z pomarańczy 250ml	250		112		0,5			25,9			1,75		nd	nd												
Sok świeży z pomarańczy 400ml	400		180		0,8			41			2,8		nd	nd												

Legenda:
+ produkt zawiera alergen
? produkt może zawierać alergen

UWAGA:
Ze względu na technologię podgrzewania produktów do hot doga (różne rodzaje parówek, bułek) mają one styczność ze sobą więc także z alergenami występującymi w tych grupach produktów.

Legenda:

- Zboża zawierające gluten, tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
- Gorczyca i produkty pochodne.
- Jaja i produkty pochodne.
- Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
- Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis L.*), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne.
- Ryby i produkty pochodne.
- Seler i produkty pochodne.
- Nasiona sezamu i produkty pochodne.
- Skorupiaki i mięczaki i produkty pochodne.
- Soja i produkty pochodne.
- Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców.
- Łubin i produkty pochodne.