

TOITUMISALANE INFO

Informatsioon on uuendatud 16.04.2019.

	Kogus (g)	Energia (kJ)		Energia (kcal)		Rasvad (g)		millest küllastunud rasvhapped (g)		Süsivesikud (g)		millest suhkrud (g)		Kuidained (g)	Valgud (g)			Sool (g)	
% täiskasvanu soovituslikust päevasest kogusest (SK)	Portsjoni kohta	% SK	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	
VEISELIHA																			
Hamburger	105	1063	13	253	13	8,5	12	3,4	17	30	12	6,4	7	1,9	13	26	1,2	20	
Juustuburger	119	1266	15	302	15	12	18	6,0	30	31	12	6,9	8	1,9	16	31	1,6	27	
Peekoniburger	116	1572	19	376	19	21	30	7,5	38	28	11	5	6	1,7	18	36	1,7	28	
Kahekordne juustuburger	171	1849	22	442	22	23	33	12	58	32	12	7,4	8	1,9	26	53	2,4	41	
McDouble™	159	1669	20	399	20	19	28	9,3	46	30	12	7,3	8	2	24	49	2	34	
Big Mac®	217	2106	25	503	25	25	36	10	49	42	16	8,5	9	3,1	26	52	2,2	37	
Big Tasty™	366	3952	47	948	47	59	84	25	124	49	19	8	9	3,1	55	110	2,6	44	
Big Tasty™ peekon	372	4087	49	980	49	61	87	26	130	49	19	8	9	3,1	57	114	2,8	47	
Big Tasty™ BBQ	385	4010	48	961	48	57	81	26	128	53	21	13	14	3,5	57	115	3,2	53	
KANA																			
McChicken™	187	1793	21	427	21	17	25	2,3	12	45	17	6,4	7	2,7	21	42	1,9	32	
Big Tasty™ kanaga	372	4087	49	980	49	61	87	26	130	49	19	8	9	3,1	57	114	2,8	47	
Kanaburger	126	1346	16	321	16	14	20	1,9	9	37	14	5	5	2,4	12	23	1,5	25	
Topelt-kanaburger juustuga	190	2073	25	495	25	23	33	5,6	28	49	19	7,7	9	3,1	21	42	2,8	47	
Chicken McNuggets™ 4 tk	72	747	9	179	9	9,1	13	1,1	6	12	5	0,3	0	0,9	11	22	0,85	14	
Chicken McNuggets™ 6 tk	107	1120	13	268	13	14	20	1,7	8	19	7	0,4	0	1,4	17	34	1,3	21	
Chicken McNuggets™ 9 tk	161	1680	20	402	20	21	29	2,5	12	28	11	0,6	1	2,1	25	51	1,9	32	
Chicken McNuggets™ 20 tk	358	3734	44	893	45	46	65	5,5	28	62	24	1,4	2	4,6	56	112	4,2	71	
McWrap™ krõbeda kanaga	256	2255	27	538	27	25	36	5,1	26	52	20	5,0	6	3,5	24	48	2,7	46	
KALA																			
Filet-o-Fish™	137	1391	17	331	17	13	19	2,6	13	37	14	4,8	5	2,0	15	31	1,5	24	
SUUPISTED																			
Friikartulid	80	968	12	231	12	11	16	1,0	5	29	11	0,3	0	2,8	2,8	6	0,55	9	
Friikartulid	114	1379	16	330	16	16	22	1,5	7	41	16	0,4	0	4,0	3,9	8	0,79	13	
Friikartulid	150	1815	22	434	22	21	29	2,0	10	54	21	0,5	1	5,3	5,2	10	1,0	17	
Mundris kartulid	200	1598	19	382	19	18	26	1,8	9	46	18	1,0	1	5,8	5,4	11	2,2	37	
Mundris kartulid	266	2125	25	508	25	24	34	2,4	12	61	23	1,3	1	7,7	7,2	14	2,9	48	
Õunad	80	224	3	54	3	0,4	1	0,1	0	13,0	5	12,0	13	1,4	0,1	0	0,01	0	
Porgandipulgad	80	176	2	40	2	0,2	0	0,0	0	8,0	3	4,0	4	2,4	1,6	3	0,16	3	
Vürtsikad juustunagitsad	80	1141	14	274	14	17	24	8,7	44	21	8	1,0	1	2,2	9	17	1,6	27	
MAGUSTOIDUD																			
Jäätisekokteil, šokolaadi, 250 ml	173	859	10	203	10	4,0	6	2,7	13	36	14	30	33	0,7	5,5	11	0,39	6	
Jäätisekokteil, šokolaadi, 400 ml	276	1375	16	326	16	6,4	9	4,3	21	57	22	48	53	1,1	8,9	18	0,62	10	
Jäätisekokteil, vanilli, 250 ml	173	828	10	196	10	3,7	5	2,5	12	36	14	33	36	0,0	5,1	10	0,18	3	
Jäätisekokteil, vanilli, 400 ml	276	1325	16	313	16	5,9	8	3,9	20	57	22	52	58	0,0	8,1	16	0,29	5	
Jäätisekokteil, maasika, 250 ml	173	834	10	197	10	3,7	5	2,5	12	36	14	33	37	0,0	5,1	10	0,19	3	
Jäätisekokteil, maasika, 400 ml	276	1335	16	316	16	5,9	8	3,9	20	58	22	54	59	0,0	8,1	16	0,30	5	

	Kogus (g)	Energia (kJ)		Energia (kcal)		Rasvad (g)		millest küllastunud rasvhapped (g)		Süsivesikud (g)		millest suhkrud (g)		Kuidained (g)	Valgud (g)		Sool (g)	
% täiskasvanu soovituslikust päevasest kogusest (SK)	Portsjoni kohta	% SK	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	
Õunapirukas	80	955	11	228	11	12	17	2,8	14	28	11	9	10	1,5	2,3	5	0,33	5
Metsamarja pirukas	77	1030	12	246	12	13	19	3,1	16	29	11	11	12	1,7	2,3	5	0,29	5
McSundae™ – šokolaadikastmega	151	1171	14	278	14	8,2	12	6,4	32	45	17	42	46	1,3	5,5	11	0,38	6
McSundae™ – maasikakastmega	150	959	11	227	11	4,1	6	2,8	14	43	17	37	41	0,6	4,1	8	0,16	3
McSundae™ – karamellikastmega	154	1207	14	286	14	6,1	9	4,1	20	53	20	38	42	0,0	4,7	9	0,28	5
McSundae™ – mustikakastmega	147	862	10	204	10	3,8	5	2,7	13	39	15	36	40	0,7	3,4	7	0,04	1
McFlurry™ Oreo	168	1268	15	301	15	9,7	14	5,8	29	48	18	37	41	0,6	5,7	11	0,22	4
McFlurry™ mustikakastmega	180	1041	12	247	12	5,0	7	3,5	17	46	18	43	47	0,7	4,5	9	0,32	5
McFlurry™ Daim	174	1438	17	342	17	14	20	8,3	42	49	19	45	50	0,4	5,4	11	0,24	4
JOOGID																		
Coca-Cola®	250 ml	452	5	107	5	0,0	0	0,0	0	26	10	26	29	0,0	0,0	0	0,00	0
Coca-Cola®	400 ml	723	9	170	9	0,0	0	0,0	0	42	16	42	47	0,0	0,0	0	0,00	0
Coca-Cola®	500 ml	904	11	213	11	0,0	0	0,0	0	53	20	53	59	0,0	0,0	0	0,00	0
Coca-Cola® Zero	250 ml	3	0	1	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,08	1
Coca-Cola® Zero	400 ml	4	0	1	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,12	2
Coca-Cola® Zero	500 ml	6	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,15	3
Fanta®	250 ml	438	5	103	5	0,0	0	0,0	0	26	10	26	29	0,0	0,0	0	0,00	0
Fanta®	400 ml	700	8	165	8	0,0	0	0,0	0	41	16	41	46	0,0	0,0	0	0,00	0
Fanta®	500 ml	876	10	206	10	0,0	0	0,0	0	52	20	52	57	0,0	0,0	0	0,00	0
Sprite®	250 ml	85	1	20	1	0,0	0	0,0	0	5	2	5	6	0,0	0,0	0	0,00	0
Sprite®	400 ml	136	2	32	2	0,0	0	0,0	0	8	3	8	9	0,0	0,0	0	0,00	0
Sprite®	500 ml	170	2	40	2	0,0	0	0,0	0	10	4	10	11	0,0	0,0	0	0,00	0
Jäättee, virsiku	250 ml	196	2	46	2	0,0	0	0,0	0	12	4	11	13	0,0	0,0	0	0,08	1
Jäättee, virsiku	400 ml	313	4	74	4	0,0	0	0,0	0	18	7	18	20	0,0	0,0	0	0,12	2
Jäättee, virsiku	500 ml	391	5	92	5	0,0	0	0,0	0	23	9	23	25	0,0	0,0	0	0,15	3
Apelsinimahl	250 ml	510	6	120	6	0,0	0	0,0	0	25	10	25	28	1,8	2,0	4	0,00	0
Apelsinimahl	400 ml	673	8	159	8	0,6	1	0	0	35	13	35	39	1,7	2,7	5	0	0
Õunamahl	250 ml	535	6	125	6	0,0	0	0,0	0	30	12	29	33	1,5	0,3	1	0,00	0
Õunamahl	400 ml	753	9	177	9	0,0	0	0,0	0	44	17	44	49	0,0	0,3	1	0,00	0
Must kohv, väike	200 ml	17	0	4	0	0,0	0	0,0	0	0,6	1	0,6	1	0,0	0,4	1	0,01	0
Must kohv, keskmine	300 ml	26	0	6	0	0,0	0	0,0	0	0,9	0	0,9	1	0,0	0,6	1	0,01	0
Must kohv, suur	400 ml	34	0	8	0	0	0	0	0	1,2	0	1,2	0	0	0,8	2	0,01	0
Must kohv piimaga, väike	200 ml	141	2	34	2	1,7	2	1,0	5	2,9	1	2,9	3	0,0	1,9	4	0,06	1
Must kohv piimaga, keskmine	300 ml	199	2	48	2	2,3	3	1,4	7	4,1	2	4,1	5	0,0	2,6	5	0,09	2
Must kohv piimaga, suur	400 ml	307	4	73	4	3,6	5	2,2	11	6,2	2	6,2	7	0	4	8	0,13	2
Espresso	35 ml	3	0	1	0	0,0	0	0,0	0	0,1	0	0,1	0	0,0	0,1	0	0,00	0
Topelt Espresso	70 ml	6	0	1	0	0,0	0	0,0	0	0,2	0	0,2	0	0,0	0,1	0	0,00	0
Caffé Latte, keskmine	300 ml	465	6	111	6	5,9	8	3,6	18	8,8	3	8,8	10	0,0	5,6	11	0,20	3
Caffé Latte, suur	400 ml	521	6	124	6	6,6	9	4,0	20	9,9	4	9,9	11	0,0	6,4	13	0,23	4
Cappuccino, väike	200 ml	311	4	74	4	4,0	6	2,4	12	5,9	2	5,9	7	0,0	3,8	8	0,14	2
Cappuccino, keskmine	300 ml	390	5	93	5	4,9	7	3,0	15	7,4	3	7,4	8	0,0	4,8	10	0,17	3
Cappuccino, suur	400 ml	523	6	126	6	6,6	9	4	20	10	4	10	11	0	6,4	13	0,23	4
Flat White	300 ml	458	5	108	5	8	11	5	25	12	5	12	13	0	8,5	17	0,25	4
Lauavesi Neptūnas gaseerimata	500 ml	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,00	0
Lauavesi Neptūnas gaseeritud	500 ml	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,00	0
Piim "Rasens"	200 ml	376	4	90	5	3,0	4	2,0	10	9,6	4	9,6	11	0,0	6,0	12	0,20	3
Piim "Rasens", maasikas	200 ml	572	7	136	7	3,0	4	2,0	10	22	8	22	24	0,0	5,6	11	0,20	3

	Kogus (g)	Energia (kJ)		Energia (kcal)		Rasvad (g)		millest küllastunud rasvhapped (g)		Süsivesikud (g)		millest suhkrud (g)		Kuidained (g)	Valgud (g)		Sool (g)	
% täiskasvanu soovituslikust päevasest kogusest (SK)	Portsjoni kohta	% SK	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	Portsjoni kohta	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*
Tee (kibuvitsa-vaarika)	200 ml	7	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,4	0	0,4	0	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (kibuvitsa-vaarika)	300 ml	7	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,4	0	0,4	0	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (kibuvitsa-vaarika)	400 ml	14	0	3	0	0,0	0	0,0	0	0,8	0	0,8	1	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (piparmünt)	200 ml	7	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,4	0	0,4	0	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (piparmünt)	300 ml	10	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,6	0	0,6	1	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (piparmünt)	400 ml	14	0	3	0	0,0	0	0,0	0	0,8	0	0,8	1	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (roheline tee citrus)	200 ml	7	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,4	0	0,4	0	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (roheline tee citrus)	300 ml	10	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,6	0	0,6	1	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (roheline tee citrus)	400 ml	14	0	3	0	0,0	0	0,0	0	0,8	0	0,8	1	0,0	0,0	0	0,01	0
Tee (Yellow Label)	200 ml	4	0	1	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,2	0	0,01	0
Tee (Yellow Label)	300 ml	5	0	1	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,3	1	0,01	0
Tee (Yellow Label)	400 ml	8	0	2	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,4	1	0,01	0
SALATID																		
Ceasari salat krõbeda kanaga	271	1354	16	324	16	17	24	5,5	28	17	6	3,0	3	3,6	24	49	1,5	25
Caesari salat krõbeda kana ja krutoonidega	285	1595	19	381	19	18	26	5,6	28	27	10	3,8	4	3,6	26	51	1,8	30
Aedviljasalat	80	67	1	16	1	0,2	0	0,0	0	1,9	1	1,3	1	1,5	0,8	2	0,06	1
KASTMED																		
Ketšup	10 ml	56	1	13	1	0,0	0	0,0	0	2,9	1	2,4	3	0,2	0,2	0	0,24	4
Karri kaste	25 ml	218	3	51	3	0,5	1	0,0	0	11	4	7,8	9	0,6	0,3	1	0,57	9
Magushapu kaste	25 ml	212	3	50	3	0,3	0	0,0	0	12	5	8,4	9	0,0	0,1	0	0,31	5
Barbeque-kaste	25 ml	202	2	48	2	0,3	0	0,0	0	11	4	8,9	10	0,0	0,2	0	0,61	10
Sinep	25 ml	251	3	60	3	3	5	0,4	2	6,9	3	5,5	6	0,0	0,6	1	0,61	10
Hapukoore kaste	25 ml	441	5	107	5	11,0	15	1,4	7	2,3	1	2,1	2	0,1	0,5	1	0,45	8
Küüslaugukaste	25 ml	696	8	169	8	18,0	26	1,4	7	0,9	0	0,7	1	0,1	0,3	1	0,36	6
Magus tšillikaste	25	302	4	71	4	0,3	0	0,0	0	17,0	6	12,0	14	0,4	0,3	1	0,68	11
Caesari kaste	40ml	412	5	100	5	9,1	13	1,4	7	3,0	1	2,3	3	0,1	1,4	3	0,82	14
Vinegreti kaste	40 ml	770	9	187	9	20	29	1,4	7	1,1	0	1,1	1	0,2	0,1	0	0,71	12
HOMMIKUSÖÖK																		
Hommiiku McWrap™ kana ja peekoniga	214	2046	24	489	24	26	37	7,6	38	44	17	3,4	4	2,9	18	37	3	50
Hommiiku McWrap™ sealiha ja munaga	229	2335	28	560	28	36	51	13	66	35	14	3,7	4	2,2	23	46	3,3	55
McToast™ topeltjuustuga	80	1037	12	247	12	9,6	14	5,6	28	30	11	5,0	6	1,0	10	20	1,5	25
McToast™ peekoni ja topeltjuustuga	86	1154	14	275	14	12	17	6,5	32	30	11	5,1	6	1,0	12	24	1,7	28
McMuffin™ sealihaga	122	1439	17	344	17	18	26	8,5	42	26	10	2,5	3	1,6	18	36	1,7	28
McMuffin™ sealiha ja munaga	180	1812	22	434	22	25	35	11	55	26	10	2,7	3	1,6	25	51	1,8	31
DeLuxe McMuffin™ sealihaga	164	1571	19	376	19	21	30	8,5	43	28	11	3,2	4	3,0	18	36	1,8	30
DeLuxe McMuffin™ kanaga	156	1437	17	343	17	14	20	2,7	14	38	15	2,9	3	3,7	14	28	1,8	30
McMuffin™ munaga	131	1209	14	289	14	13	19	6,4	32	26	10	2,3	3	1,6	16	32	1,2	20
McMuffin™ peekoni ja munaga	136	1327	16	317	16	15	22	6,8	34	26	10	2,2	2	1,9	18	36	1,3	22
Kartulikook	56	558	7	134	7	7,7	11	0,8	4	14	6	0,3	0	1,5	1,0	2	0,69	12
Jogurt marjade ja müsliiga	187	704	8	167	8	5	7	2,4	12	25	9	19	21	1,7	5,9	12	0,19	3
Kahekordne DeLuxe McMuffin™ sealihaga	209	2132	25	511	26	32	46	12	60	28	11	4	4	2,0	28	56	2,60	43
McCafe																		
Šokolaadiküpsis	72	1423	17	346	17	18	25	8,8	44	40	15	24	26	2,8	3,7	7	0,66	11
Vaarika küpsis	72	1507	18	360	18	18	26	8,6	43	46	18	25	28	1,3	3,3	7	0,61	10
Kirsikook	169	1627	19	387	19	12	18	6,6	33	62	24	35	39	2,7	5,9	12	0,68	11
Kuninglik õunakook	208	1409	17	335	17	10	14	4,6	23	57	22	33	37	4,6	3,3	7	0,3	5
Šokolaadikook vanillikreemiga	104	1485	18	357	18	24	34	14,0	69	30	11	23	25	2,3	4,6	9	0,1	2
Mini karamelli-juustukook	83	1112	13	267	13	18	25	13,0	66	23	9	19	21	0,2	3,4	7	0,5	9

	Kogus (g)	Energia (kJ)		Energia (kcal)		Rasvad (g)		millest küllastunud rasvhapped (g)		Süsivesikud (g)		millest suhkrud (g)		Kuidained (g)	Valgud (g)		Sool (g)	
% täiskasvanu soovituslikust päevasest kogusest (SK)		Portsjoni kohta	% SK	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*
Mustika juustukook	138	1777	21	426	21	26	37	17	85	42	16	30	33	1,1	5,4	11	0,75	13
Vanilli sõõrik	75	1223	15	293	15	17	24	10	50	29	11	11	12	2,0	5,0	10	0,40	7
Šokoladi sõõrik	69	1295	15	310	16	18	26	9,0	45	31	12	11	12	0,0	6,0	12	0,40	7
Šokolaadi croissant	70	1063	13	255,0	13	15	21	11,0	56	24	9	3,9	4	3,4	5,3	11	0,55	9
Marmelaadi croissant	72	1103	13	264,0	13	15	21	7,9	40	26	10	6,8	8	2,3	5,2	10	0,29	5
Suur šokolaadimuffin	132	2387	28	571,0	29	31	44	5,9	30	64	25	37	41	2,4	7,8	16	1,7	28
Suur mustikamuffin	132	2143	26	512,4	26	27	39	4,2	21	60	23	31	34	1,3	6,7	13	1,3	22
Šokolaadikuubik	133	2375	28	571,0	29	38	54	13,0	65	49	19	34	37	4,0	5,9	12	0,4	7
Mini šokolaadikook	75	906	11	218,0	11	15	21	10,0	52	17	7	13	14	1,8	3,2	6	0,0	1
Virsi juustukook	200	1958	23	467,0	23	20	29	7,0	35	60	23	39	43	1,6	9,8	20	0,7	12
Kuninglik juustukook	139	2225	26	533,0	27	33	47	18,0	91	52	20	37	41	1,5	6,8	14	0,8	13
Espresso	35 ml	3	0	1	0	0	0	0	0	0,11	0	0,11	0	0	0,07	0	0	0
Topelt Espresso	70 ml	6	0	1	0	0	0	0	0	0,21	0	0,21	0	0	0,14	0	0	0
Espresso Macchiato	40 ml	80	1	19	1	0,99	1	0,59	3	1,54	1	1,54	2	0	0,99	2	0,03	1
Topelt Espresso Macchiato	75 ml	83	1	20	1	0,99	1	0,59	3	1,65	1	1,65	2	0	1,06	2	0,04	1
Cappuccino, väike	200 ml	311	4	74	4	4	6	2,4	12	5,9	2	5,9	7	0	3,8	8	0,14	2
Cappuccino, keskmine	300 ml	467	6	112	6	5,9	8	3,6	18	8,9	3	8,9	10	0	5,7	11	0,21	4
Cappuccino, suur	400 ml	495	6	118	6	6,26	9	3,76	19	9,45	4	9,45	11	0	6,04	12	0,22	4
Lattè Macchiato, väike	200 ml	310	4	74	4	4	6	2,4	12	5,9	2	5,9	7	0	3,7	7	0,14	2
Lattè Macchiato, keskmine	300 ml	442	5	106	5	5,6	8	3,36	17	8,42	3	8,42	9	0	5,38	11	0,19	3
Lattè Macchiato, suur	400 ml	521	6	124	6	6,59	9	3,96	20	9,94	4	9,94	11	0	6,35	13	0,23	4
Must kohv, väike	200 ml	16	0	4	0	0	0	0	0	0,56	0	0,56	1	0	0,37	1	0,01	0
Must kohv, keskmine	300 ml	24	0	6	0	0	0	0	0	0,85	0	0,85	1	0	0,57	1	0,01	0
Must kohv, suur	400 ml	31	0	7	0	0	0	0	0	1,1	0	1,1	1	0	0,73	1	0,01	0
Must kohv piimaga, väike	200 ml	142	2	34	2	1,7	2	1	5	2,9	1	2,9	3	0	1,9	4	0,06	1
Must kohv piimaga, keskmine	300 ml	176	2	42	2	1,98	3	1,19	6	3,68	1	3,68	4	0	2,37	5	0,08	1
Must kohv piimaga, suur	400 ml	232	3	55	3	2,64	4	1,59	8	4,8	2	4,8	5	0	3,09	6	0,1	2
Flat White, väike	200 ml	255	3	61	3	3,2	5	1,7	9	4,7	2	4,7	5	0	3,2	6	0,11	2
Flat White, keskmine	300 ml	407	5	97	5	5,1	7	2,7	14	7,6	3	7,6	8	0	5,2	10	0,18	3
Flat White, suur	400 ml	509	6	122	6	6,4	9	3,4	17	9,5	4	9,5	11	0	6,5	13	0,22	4
Kakao	200 ml	859	10	205	10	8,27	12	4,98	25	24,02	9	23,23	26	1,76	7,67	15	0,27	5
Freddo Cappuccino (keskmiselt magus)	300 ml	478	6	114	6	3,2	5	2	10	18	7	18	20	0	3,4	7	0,1	2
Freddo Cappuccino (magus)	300 ml	699	8	166	8	3,2	5	2	10	31	12	31	34	0	3,4	7	0,1	2
Makrooni Frappe	300 ml	930	11	220	11	4,8	7	3	15	39	15	39	43	0	5,1	10	0,15	3
Marjane Frappé	300 ml	609	7	143	7	0	0	0	0	36	14	35	39	0	0,2	0	0	0
Päikseline Frappé	300 ml	573	7	135	7	0	0	0	0	33	13	33	37	0	0,3	1	0	0
Fuze tea	330 ml	267	3	63	3	0,0	0	0,0	0	15	6	15	17	0,0	0,0	0	0,07	1
Apelsinimahl Cappy	330 ml	643	8	152	8	0,0	0	0,0	0	0,0	0	36	40	0,0	0,0	0	0,00	0
Õunamahl Cappy	330 ml	656	8	155	8	0,0	0	0,0	0	0,0	0	37	41	0,0	0,0	0	0,00	0
Värkselt pressitud apelsinimahl	200 ml	390	5	92	5	0,0	0	0,0	0	0,0	0	36	40	0,0	0,0	0	0,00	0
Coca-Cola®	250 ml	451	5	106	5	0,0	0	0,0	0	27	10	27	29	0,0	0,0	0	0,00	0
Fanta®	250 ml	153	2	36	2	0,0	0	0,0	0	9,0	3	9,0	10	0,0	0,0	0	0,00	0
Sprite®	250 ml	428	5	101	5	0,0	0	0,0	0	25	10	25	28	0,0	0,0	0	0,00	0
Coca-Cola® Zero	250 ml	4	0	1	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,3	1	0,25	4
Lauavesi Neptūnas gaseerimata	500 ml	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,00	0
Lauavesi Neptūnas gaseeritud	500 ml	0	0	0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0,0	0	0,00	0

Kogus (g)	Energia (kJ)		Energia (kcal)		Rasvad (g)		millest küllastunud rasvhapped (g)		Süsivesikud (g)		millest suhkrud (g)		Kuidained (g)	Valgud (g)			Sool (g)	
	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	Portsjoni kohta	% SK*	Portsjoni kohta	% SK*	
*% täiskasvanu soovituslikust päevasest kogusest (SK)																		
Lisad																		
Krõbe sibul	10	252	3	61	3	5	7	1,4	7	4	1	1,2	1	0,4	0,5	1	0,1	2
Värske sibul	7	14	0	3	0	0	0	0	0	1	0	0,3	0	0,2	0,1	0	0	0
Värske punane sibul	7	14	0	3	0	0	0	0	0	1	0	0,3	0	0,1	0,1	0	0	0
Sibul	3,5	9	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0,2	0,1	0	0	0
Marineeritud kurk	7,6	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0,21	4
Sinep	10,05	31	0	7	0	0	1	0	0	0	0	0,1	0	0,4	0,5	1	0,27	5
Ketšup	11,4	52	1	12	1	0	0	0	0	3	1	2,5	3	0,2	0,2	0	0,25	4
Big Mac® kaste	20,2	218	3	53	3	4	6	0,4	2	3	1	2,1	2	0,2	0,3	1	0,25	4
McChicken™ kaste	9,9	99	1	24	1	2,1	3	0,2	1	1,2	0	0,7	1	0	0,1	0	0,19	3
Tartar™ kaste	19,4	182	2	44	2	4	6	0,4	2	1	1	0,5	1	0,1	0,1	0	0,24	4
Big Tasty™ kaste	20	385	5	93	5	9,1	13	0,8	4	2,4	1	0,9	1	0	0,3	1	0,42	7
Cheddar juust	14,2	204	2	49	2	4	6	2,7	13	1	0	0,6	1	0	2,7	5	0,44	7
Emmental juust	22	333	4	80	4	6	9	4,2	21	0	0	0	0	0	6,2	12	0,17	3
Salat	14	11	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,3	0	0,2	0,1	0	0	0
Tomati viil	17	13	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0,2	0,2	0	0	0
Peekon	5,8	117	1	28	1	2	3	0,9	4	0	0	0	0	0	2,1	4	0,19	3
Veiseliha pihv	35,3	395	5	95	5	6,9	10	3,2	16	0	0	0	0	0	8,3	17	0,25	4
Veiseliha pihv	84,8	955	11	230	11	17	24	7,9	39	0	0	0	0	0	20	40	0,51	8
Veiseliha pihv	115,4	1301	15	313	16	23	32	11	53	0	0	0	0	0	28	55	0,61	10
Sünnipäevapidu																		
Sünnipäevatort (šokolaadist)	48	673	8	161	8	7	10	3	16	22	8	13	15	1	2	4	0	4