



north fish

fish • seafood • vege

## WYKAZ WARTOŚCI ODŻYWCZYCH

PRODUKT	Średnia masa porcji [g/ml]	wartość energetyczna		wartość energetyczna		tłuszcz		kwasy tłuszczowe nasycone		węglowodany		cukry		białko		sól	
		kJ / 100g	kJ / porcja	kcal / 100g	kcal / porcja	g / 100g	g / porcja	g / 100g	g / porcja	g / 100g	g / porcja	g / 100g	g / porcja	g / 100g	g / porcja	g / 100g	g / porcja
<b>DODATKI ZIMNE</b>																	
Mix salat z brzoskwinia (porcja odnosi się do gotowego zestawu obiadowego)	85	364	310	87	74	5,6	4,8	0,5	0,5	7,3	6,2	4,8	4,1	1,8	1,5	0,36	0,30
Surówka czelestaw (porcja odnosi się do gotowego zestawu obiadowego)	120	470	564	113	136	7,1	8,5	0,6	0,7	10,0	12,0	7,0	8,4	1,1	1,3	0,90	1,08
Surówka z kapusty czerwonej (porcja odnosi się do gotowego zestawu obiadowego)	120	419	502	101	121	6,2	7,5	0,5	0,6	9,0	10,8	6,8	8,1	0,9	1,1	0,75	0,90
Surówka z kwaszonej kapusty (porcja odnosi się do gotowego zestawu obiadowego)	100	327	327	78	78	2,5	2,5	0,4	0,4	7,2	7,2	5,0	5,0	0,7	0,7	1,08	1,30
Ogórki z chili (porcja odnosi się do gotowego zestawu obiadowego)	120	319	383	76	91	4,1	4,9	0,3	0,4	8,5	10,2	6,1	7,3	0,8	1,0	1,50	1,80
<b>NAPOJE</b>																	
Woda mineralna Kropla Beskidu gazowana/niegazowana	500	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sok Cappy pomarańczowy	330	182	594	43	142	0	0	0	0	8,9	29,4	8,9	29,4	0,7	2,3	0	0
Sok Cappy jabłkowy	330	192	634	45	149	0	0	0	0	10,6	35,0	10,1	33,3	0	0	0	0
Sok Cappy multiwitamina	330	191	630	45	149	0	0	0	0	10,7	35,3	10,7	35,3	0	0	0	0
Coca - Cola	500	180	900	42	210	0	0	0	0	10,6	53,0	10,6	53,0	0	0	0	0
Coca - Cola Zero	500	1	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fuzetea Black Ice Tea Lemon - Lemongrass	500	80	400	19	95	0	0	0	0	4,4	22,0	4,4	0,0	0	0	0	0
Fuzetea Peach	500	81	405	19	95	0	0	0	0	4,5	22,5	4,5	22,5	0	0	0	0
LEMONIADA CYTRYNOWO-POMARAŃCZOWA	400	160	641	38	153	0	0	0	0	9,2	36,8	8,7	35,0	0	0,1	0	0
LEMONIADA MANGO	400	126	503	30	121	0	0	0	0	7,4	29,8	6,9	27,7	0	0,4	0	0
NAPÓJ ŚLIWKOWO - JABŁKOWY Z CYNAMONEM	400	156	624	37	148	0	0	0	0	9,0	36,0	8,8	35,2	0	0	0	0
<b>INNE</b>																	
Tuńczyk w oliwie 200g	200	1617	3234	390	780	34,0	68,0	7,1	14,2	1,3	2,6	0,0	0,0	19,8	39,6	1,20	2,40
Tuńczyk w oliwie z cyfr. i tymian. 200g	200	1497	2994	362	724	31,5	63,0	6,6	13,2	1,2	2,4	0,0	0,0	18,3	36,6	0,90	1,80
Tuńczyk w oliwie z l. kaurowym 200g	200	1617	3234	390	780	34,0	68,0	7,1	14,2	1,3	2,6	0,0	0,0	19,8	39,6	0,90	1,80
Tuńczyk w oliwie z susz. pomid. 200g	200	1535	3070	370	740	29,3	58,6	6,1	12,2	7,0	14,0	5,1	10,2	18,7	37,4	0,90	1,80
Przedstawione informacje o wartościach odżywczych w produktach są możliwie pełne i rzetelne. Opierają się na aktualnych danych od Producentów i Dostawców produktów żywnościowych. NF zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian w recepturach, co wpływa na zmianę wartości odżywczych. Informacje tu zawarte odpowiadają stanowi rzeczy na dzień - 27.08.2024 i mogą być w każdym czasie zmienione.																	
<b>OBOWIĄZUJE W RESTAURACJI NORTH FISH od 27.08.2024 r.</b>																	