

CIASTA - WARTOŚCI ODŻYWCZE

PRODUKT Wartość odżywcza w 100 g	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA kJ/kcal	TŁUSZCZ / w tym kwasy nasycone	WĘGLOWODANY / w tym cukry	BŁONNIK	BIALKO	SÓL
AMERYKAŃSKI MULATEK	1 553,63 kJ / 371,11 kcal	17,65 g / 6,63 g	44,29 g / 20,41 g	2,21 g	4,99 g	0,03 g
BISZKOPT Z PIANKĄ	1 183,66 kJ / 282,93 kcal	14,00 g / 0,57 g	22,67 g / 13,08 g	0,25 g	16,70 g	0,11 g
BOUNTY	1 505,85 kJ / 359,64 kcal	23,68 g / 2,56 g	34,80 g / 21,95 g	3,21 g	5,26 g	0,15 g
CAMARGO	2 075,58 kJ /495,66 kcal	25,65 g / 4,14 g	61,35 g / 39,50 g	0,71 g	5,61 g	0,18 g
CHRUPIĄCA KRÓWKA	1 572,45 kJ / 375,44 kcal	21,14 g / 3,37 g	42,34 g / 26,48 g	1,13 g	5,27 g	0,15 g
CIASTKO W-Z	1 958,58 kJ / 468,10 kcal	20,64 g / 1,58 g	62,08 g / 24, 76 g	1,42 g	8,50 g	0,12 g
CIASTO BISZKOPTOWE Z GALARETKĄ	950,36 kJ / 227,23 kcal	9,87 g / 0,40 g	17,65 g / 7,59 g	0,40 g	17,02 g	0,09 g
CIASTO CAPPUCINO	1 900,37 kJ / 453,86 kcal	27,87 g / 3,65 g	47,89 g / 34,12 g	2,73 g	5,89 g	0,20 g
CIASTO CZEKOLADOWO - WIŚNIOWE	1 454,09 kJ / 347,15 kcal	10,92 g / 2,01 g	48,32 g / 31,49 g	0,89 g	4,76 g	0,11 g
CIASTO SHREK	916,13 kJ / 219,04 kcal	8,01 g / 0,76 g	18,15 g / 10,84 g	0,23 g	17,45 g	0,10 g
CIASTO TIRAMISU	1 470,92 kJ / 351,55 kcal	23,94 g / 1,08 g	28,32 g / 14,59 g	0,34 g	6,23 g	0,30 g
CIASTO TOFFI	1 606,85 kJ / 383,76 kcal	18,67 g / 3,26 g	49,90 g / 33,39 g	1,52 g	5,27 g	0,16 g
CIASTO Z OWOCAMI	1 621,86 kJ / 387,25 kcal	12,31 g / 4,55 g	51,53 g / 20,65 g	3,29 g	6,76 g	0,10 g
CYTRYNOWIEC	1 593,76 kJ / 380,80 kcal	17,27 g / 1,98 g	35,85 g / 27,12 g	0,18 g	6,13 g	0,11 g
GÓRA LODOWA	2 012,15 kJ / 480,52 kcal	28,38 g / 5,25 g	47,43 g / 27,73 g	1,12 g	10,28 g	0,30 g
JABŁECZNIK BISZKOPTOWY	1 287,05 kJ / 307,34 kcal	14,36 g / 2,52 g	37,11 g / 19,01 g	1,38 g	8,59 g	0,16 g
KASZAK (PRZEKŁADANIEC)	2 026,03 kJ / 483,87 kcal	26,08 g / 4,46 g	58,54 g / 24,60 g	1,70 g	5,56 g	0,20 g
KOKOSANKI	2 006,16 kJ / 479,36 kcal	11,79 g / 2,31 g	70,28 g / 43,62 g	3,93 g	5,34 g	0,13 g
KORA DĘBU	1 529,25 kJ / 365,36 kcal	20,82 g / 6,54 g	28,06 g / 14,84 g	1,89 g	7,95 g	0,17 g
KRÓLEWIEC	1 719,76 kJ / 410,64 kcal	23,85 g / 4,04 g	43,19 g / 25,83 g	0,43 g	6,48 g	0,24 g
KUBANKA	1 623,84 kJ / 387,79 kcal	14,69 g / 2,13 g	56,98 g / 31,20 g	0,97 g	6,82 g	0,26 g

PRODUKT Wartość odżywcza w 100 g	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA kJ/kcal	TŁUSZCZ / w tym kwasy nasycone	WĘGLOWODANY / w tym cukry	BŁONNIK	BIĄŁKO	SÓL
LEŚNY MECH	1 922,19 kJ / 459,47 kcal	27,74 g / 4,59 g	48,65 g / 25,94 g	2,47 g	5,97 g	0,20 g
MAKOWA PANIENKA	1 859,61 kJ / 444,42 kcal	31,16 g / 4,57 g	30,57 g / 21,74 g	5,22 g	7,81 g	0,22 g
MAKOWIEC Z JABŁKIEM	1 600,91 kJ / 382,40 kcal	19,96 g / 6,06 g	46,86 g / 24,76 g	3,91 g	7,73 g	0,14 g
MAKOWIEC Z KRUSZONKĄ	1 742,73 kJ / 416,37 kcal	25,71 g / 8,72 g	43,28 g / 18,67 g	4,86 g	8,04 g	0,12 g
MALINOWA CHMURKA	1 044,15 kJ / 249,47 kcal	13,25 g / 0,80 g	22,00 g / 13,70 g	1,29 g	11,74 g	0,18 g
MALINOWA KSIĘŻNICZKA	1 320,95 kJ / 315,59 kcal	17,69 g / 0,86 g	32,47 g / 23,91 g	0,74 g	7,33 g	0,19 g
ORZECHOWIEC	2 017,39 kJ / 481,82 kcal	24,98 g / 8,48 g	47,56 g / 23,97 g	1,18 g	5,32 g	0,15 g
PIERNIK	1 286,53 kJ / 307,28 kcal	12,73 g / 1,97 g	44,59 g / 25,97 g	1,07 g	3,99 g	0,10 g
PIRAMIDA PTYSIOWA	1 888,27 kJ / 450,93 kcal	30,79 g / 4,99 g	38,36 g / 15,98 g	0,65 g	6,33 g	0,20 g
PLEŚNIAK	1 239,35 kJ / 295,91 kcal	13,08 g / 2,37 g	42,39 g / 20,02 g	2,97 g	4,89 g	0,15 g
RAFAELLO	1 692,02 kJ / 404,40 kcal	26,62 g / 3,28 g	38,77 g / 24,53 g	2,95 g	5,75 g	0,17 g
ROGALIKI KRUCHE	2 199,09 kJ / 525,47 kcal	22,30 g / 4,18 g	73,45 g / 29,28 g	2,06 g	7,56 g	0,53 g
ROLADA ŚMIETANKOWA	2 266,16 kJ / 541,62 kcal	31,74 g / 3,41 g	49,97 g / 30,48 g	1,93 g	16,17 g	0,19 g
SERNIK SMAKOSZ	1 223,50 kJ / 292,38 kcal	13,58 g / 2,19 g	31,81 g / 17,65 g	1,02 g	11,36 g	0,15 g
SERNIK WIEDEŃSKI	1 411,63 kJ / 337,47 kcal	14,92 g / 1,27 g	37,55 g / 21,97 g	0,39 g	13,07 g	0,15 g
SERNIK Z BRZOSKWINIAMI	1 535,26 kJ / 366,88 kcal	18,45 g / 3,03 g	39,77 g / 23,10 g	0,48 g	10,83 g	0,16 g
SERNIKO-BROWNIE	1 471,06 kJ / 351,56 kcal	18,06 g / 1,14 g	35,70 g / 25,83 g	0,36 g	11,66 g	0,11 g
SŁONECZNIKOWIEC	2 179,02 kJ / 520,43 kcal	30,49 g / 8,26 g	52,85 g / 31,21 g	1,37 g	9,63 g	0,25 g
SOBÓTKA	1 498,102 kJ / 357,83 kcal	19,27 g / 1,70 g	44,52 g / 24,52 g	3,26 g	4,85 g	0,12 g
SZARLOTKA (JABŁECZNIK KRUCHY)	898,65 kJ / 214,64 kcal	8,54 g / 1,60 g	33,64 g / 11,10 g	1,98 g	2,63 g	0,09 g