

KFC tabulka nutričních hodnot a alergenů

GDA – doporučené denní množství

Produkt	Průměrná porce (g)	Energie / na porci v kcal	Energie / na porci v kJ	GDA	Energie (kcal/100 g)	Energie (kJ/100 g)	Proteiny / na porci (g)	GDA	Proteiny (g/100 g)	Sacharidy / na porci (g)	GDA	Sacharidy (g/100 g)	Cukry / na porci (g)	GDA	Cukry (g/100 g)	Tuky / na porci (g)	GDA	Tuky (g/100 g)	Nasyčené mastné kyseliny / na porci (g)	GDA	Nasyčené mastné kyseliny (g/100 g)	Trans-kyseliny / na porci (g)	Trans-kyseliny (g/100 g)	Vláknina / na porci (g)	GDA	Vláknina (g/100 g)	Sůl NaCl / na porci (g)	GDA	Sůl NaCl (g/100 g)	Informace o alergenech											
																														Lepek	Sója	Orěchy	Arašidy	Sezam	Mléko	Veje	Ryby	Korýši	Celer	Oxid siričitý	Horčice
Promo																																									
Orient Bites s rýží standard – Teriyaki	260	424	1789	21%	163	688	15,1	30%	5,8	66,3	26%	25,5	16,9	19%	6,5	10,1	14%	3,9	2,3	12%	0,9	-	-	-	3,9	16%	1,5	3,4	56%	1,30	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Orient Bites s rýží standard – Sweet Chili	260	424	1789	21%	163	688	15,1	30%	5,8	66,3	26%	25,5	16,9	19%	6,5	10,1	14%	3,9	2,3	12%	0,9	-	-	-	3,9	16%	1,5	3,4	56%	1,30	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Orient Bites s rýží grande – Teriyaki	335	606	2546	30%	181	760	20,4	41%	6,1	84,1	32%	25,1	17,4	19%	5,2	19,4	28%	5,8	4,0	20%	1,2	-	-	-	5,7	24%	1,7	4,4	73%	1,30	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Orient Bites s rýží grande – Sweet Chili	335	606	2546	30%	181	760	20,4	41%	6,1	84,1	32%	25,1	17,4	19%	5,2	19,4	28%	5,8	4,0	20%	1,2	-	-	-	5,7	24%	1,7	4,4	73%	1,30	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Orient Bites standard – Teriyaki	150	463	1933	23%	257	1074	29,3	59%	16,3	31,0	12%	17,2	10,1	11%	5,6	23,9	34%	13,3	5,2	26%	2,9	-	-	-	3,2	14%	1,8	3,1	51%	1,70	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Orient Bites standard – Sweet Chili	150	463	1933	23%	257	1074	29,3	59%	16,3	31,0	12%	17,2	10,1	11%	5,6	23,9	34%	13,3	5,2	26%	2,9	-	-	-	3,2	14%	1,8	3,1	51%	1,70	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Orient Bites grande – Teriyaki	255	771	3222	39%	257	1074	48,9	98%	16,3	51,6	20%	17,2	16,8	19%	5,6	39,9	57%	13,3	8,7	44%	2,9	-	-	-	5,4	23%	1,8	5,1	85%	1,70	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Orient Bites grande – Sweet Chili	255	771	3222	39%	257	1074	48,9	98%	16,3	51,6	20%	17,2	16,8	19%	5,6	39,9	57%	13,3	8,7	44%	2,9	-	-	-	5,4	23%	1,8	5,1	85%	1,70	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Salát Orient	300	327	1374	16%	109	458	16,8	34%	5,6	36,9	14%	12,3	20,4	23%	6,8	11,7	17%	3,9	1,5	8%	0,5	-	-	-	4,5	19%	1,5	2,7	45%	0,90	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Twister Orient	210	452	1892	23%	215	901	17,0	34%	8,1	50,0	19%	23,8	9,0	10%	4,3	19,7	28%	9,4	4,2	21%	2,0	-	-	-	3,2	13%	1,5	2,9	49%	1,40	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Zinger BBQ	240	470	1973	24%	196	822	31,2	62%	13,0	47,3	18%	19,7	12,5	14%	5,2	17,3	25%	7,2	5,3	26%	2,2	0,2	0,1	1,2	5%	0,5	4,1	68%	1,7	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Double Zinger BBQ	310	636	2666	32%	205	860	45,9	92%	14,0	53,0	20%	17,1	12,4	14%	4,0	26,7	38%	8,6	6,8	34%	2,2	0,3	0,1	1,6	6%	0,5	5,6	93%	1,8	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Shake třeshňový běžný	180	289	1213	14%	160	674	5,0	10%	2,8	45,0	17%	25,0	39,8	44%	22,1	9,9	14%	5,5	6,7	33%	3,7	-	-	-	0,2	1%	0,1	0,0	1%	0,02	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
Shake třeshňový velký	300	481	2022	24%	160	674	8,4	17%	2,8	75,0	29%	25,0	66,3	74%	22,1	16,5	24%	5,5	11,1	56%	3,7	-	-	-	0,2	1%	0,1	0,0	1%	0,02	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
Křída																																									
Hot Wings	36	108	449	5%	303	1259	6	12%	16,7	3,5	1%	9,9	0,1	0%	0,4	7,8	11%	21,8	1,8	9%	5	0,1	0,2	0	0%	0	0,6	10%	1,7	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Hot & Spicy Strips	32	84	352	4%	264	1100	4,9	10%	15,3	4,7	2%	14,8	0,2	0%	0,5	5,1	7%	19,2	1	5%	3,2	0,1	0,2	0	0%	0	0,6	11%	2	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Bites	60	194	808	10%	323	1347	11	22%	18,4	9,5	4%	15,8	0,4	0%	0,6	12,3	18%	20,5	2,8	14%	4,7	0,1	0,1	0,6	3%	1	0,6	13%	1,3	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Kůrači kousky																																									
Nažička	69	170	710	9%	247	1031	15,9	32%	23,1	5	2%	7,3	0,3	0%	0,4	9,6	14%	13,9	2,3	12%	3,4	0,1	0,1	0	0%	0	0,8	14%	1,2	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Prsa	100	236	990	12%	236	990	25,4	51%	25,4	7,8	3%	7,8	0,4	0%	0,4	11,5	16%	11,5	2,9	15%	2,9	0,1	0	0	0%	0	1,5	25%	1,5	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Zebra	150	326	1369	16%	218	915	36,4	73%	24,3	10,9	4%	7,3	0,6	1%	0,4	15,3	22%	10,2	4,2	21%	2,8	0,1	0,1	0	0%	0	1,9	32%	1,3	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Stehno	111	301	1258	15%	271	1131	21,8	44%	19,6	9,3	4%	8,4	0,4	0%	0,4	19,7	28%	17,7	5,4	27%	4,9	0,2	0,2	0	0%	0	1,3	22%	1,2	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Křídlo	65	185	772	9%	284	1186	14,5	29%	22,3	6,5	3%	10	0,3	0%	0,4	11,2	16%	17,2	2,8	14%	4,3	0,1	0,2	0	0%	0	1,2	21%	1,9	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Sendviče																																									
Filler	130	317	1325	16%	244	1019	14,6	29%	11,2	27,6	11%	21,2	6,8	8%	5,2	15,7	22%	12,1	2,6	13%	2,0	0,1	0,1	3,4	14%	2,6	1,7	28%	1,3	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Zinger sendvič	179	484	2029	24%	270	1133	24,5	49%	13,7	40,7	16%	27,7	5,6	6%	3,1	24,5	35%	13,7	3,9	20%	2,2	0	0	2,5	10%	1,4	1,8	30%	1	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Grander Texas sendvič	300	807	3360	40%	269	1120	33	66%	11	63,9	25%	21,3	12,3	14%	4,1	45,6	65%	15,2	10,2	51%	3,4	0,3	0,1	4,2	18%	1,4	4,2	70%	1,4	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Longer	127	306	1287	15%	242	1017	11,8	24%	9,3	42	16%	33,4	9,9	11%	7,8	10	14%	7,9	2,3	11%	1,8	0,1	0,1	2,8	12%	2,2	1,9	32%	1,5	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Twist	132	326	1365	16%	247	1034	11,4	23%	8,6	36	14%	26,9	2,4	3%	1,8	15,3	22%	11,6	2,8	14%	2,1	0,1	0,1	2,1	9%	1,6	1,7	29%	1,3	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Twister	226	540	2260	27%	239	1000	19,4	39%	8,6	52	20%	22,8	3,8	4%	1,7	28	40%	12,4	4,7	24%	2,1	0,2	0,1	2,9	12%	1,3	2,9	49%	1,3	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Qurrto	230	648	2714	32%	282	1180	35	70%	15,2	59	23%	25,8	0	0%	-	31,5	45%	13,7	0	0%	-	0	-	3	12%	1,3	3,7	61%	1,6	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Twister sýr & slanina	240	622	2592	31%	259	1080	28,6	57%	11,9	47	18%	19,4	1	1%	0,4	35	50%	14,6	9,1	46%	3,8	0,7	0,3	2,4	10%	1	3,4	56%	1,4	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Twist Grill	107	241	1009	12%	225	943	11,7	23%	10,9	28	11%	26	2,2	2%	2,1	9	13%	8,4	2,5	12%	2,3	0,1	0,1	1,8	8%	1,7	1,6	27%	1,5	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Classic Grill sendvič	186	331	1395	17%	178	750	24,4	49%	13,1	33	13%	18	3	3%	1,6	10,6	15%	5,7	3	15%	1,6	0,2	0,1	3,7	16%	2	2,2	37%	1,2	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	
Grill Twister	213	409	1721	20%	192	808	28,5	57%	13,4	40	16%	19	4	4%	1,9	14,1	20%	6,6	3,4	17%	1,6	0,2	0,1	3,9	16%	1,8	3,2	53%	1,5	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		
Zinger Double	240	590	2472	30%	246	1030	40,8	82%																																	