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)	Nasycené mastné kyseliny / na porci (g)	GDA	Nasycené 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	Ořechy	Arašídy	Sezam	Mléko	Vejce	Ryby	Koryši	Celer	Oxid siřičitý	Hořčice	Vlčí bob	Měkkýši
				2000				50			260			90			70			20					24			6														
Promo																																											
Summer Zinger česnek, chilli, limeta	215	561	2346	28 %	261	1091	21,5	43 %	10,0	51,6	20 %	24,0	9,2	10 %	4,3	28,0	40 %	13,0	3,7	18 %	1,7	–	–	4,7	20 %	2,2	1,3	21 %	0,59	▲	▲			▲	▲	▲					▲		
Summer Zinger česnek, chilli, limeta double	310	778	3258	39 %	251	1051	49,6	99 %	16,0	55,8	21 %	18,0	9,3	10 %	3,0	37,2	53 %	12,0	5,0	25 %	1,6	–	–	5,9	25 %	1,9	1,3	22 %	0,42	▲	▲			▲	▲	▲					▲		
California Zinger Guacamole	250	600	2518	30 %	240	1007	27,5	55 %	11,0	57,5	22 %	23,0	8,0	9 %	3,2	27,5	39 %	11,0	7,0	35 %	2,8	–	–	4,5	19 %	1,8	1,5	25 %	0,60	▲					▲	▲					▲		
California Zinger Guacamole Double	350	823	3448	41 %	235	985	49,0	98 %	14,0	70,0	27 %	20,0	11,2	12 %	3,2	38,5	55 %	11,0	15,8	79 %	4,5	–	–	6,3	26 %	1,8	1,9	32 %	0,54	▲					▲	▲					▲		
California Twister Guacamole	230	534	2229	27 %	232	969	17,7	35 %	7,7	52,9	20 %	23,0	9,7	11 %	4,2	27,6	39 %	12,0	5,8	29 %	2,5	–	–	4,4	18 %	1,9	1,8	31 %	0,80	▲						▲					▲		
Shake Mango Běžný	180	261	1121	13 %	145	623	5,4	11 %	3,0	37,8	15 %	21,0	23,4	26 %	13,0	11,9	17 %	6,6	7,9	40 %	4,4	–	–	0,0	0 %	0,0	0,0	0 %	0,01				▲		▲								
Shake Mango Velký	300	435	1869	22 %	145	623	9,0	18 %	3,0	63,0	24 %	21,0	39,0	43 %	13,0	19,8	28 %	6,6	13,2	66 %	4,4	–	–	0,0	0 %	0,0	0,0	1 %	0,01				▲		▲								
Kuře																																											
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 %	15,9	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	0,8	13 %	1,3	▲													
Kuřecí kousky																																											
Nožička	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	0,1	0	0 %	0	1,5	25 %	1,5	▲					▲	▲					▲		
Žebra	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 %	22,7	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	▲	▲			▲									
iTwist	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	▲						▲					▲		
Qurrito	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	▲	▲				▲	▲					▲		
iTwist 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 %	17,0	40,8	16 %	17,0	5,0	6 %	2,1	29,0	41 %	12,1	5,0	25 %	2,1	0,2	0,1	1,4	6 %	0,6	4,6	76 %	1,9	▲	▲			▲		▲					▲		
Saláty																																											
Salát César Grill (bez zálivky)	268	322	1340	16 %	120	500	26,5	53 %	9,9	4	2 %	1,5	1,6	2 %	0,6	8,0	11 %	1,0	1,7	9 %	0,5	0,3	0,1	4,6	19 %	1,7	2,9	49 %	1,1	▲					▲								
Piccante salát (bez zálivky)	263	318	1328	16 %	121	505	25,2	50 %	9,6	13	5 %	4,8	3,7	4 %	1,4	18,7	27 %	7,1	5,8	29 %	2,2	0,3	0,1	2,4	10 %	0,9	0,5	9 %	0,2	▲					▲								
Malý Garden (bez zálivky)	78	12	49	1 %	15	63	0,6	1 %	0,8	2	1 %	2	1,6	2 %	2	0,3	0 %	0,4	0,1	0 %	0,1	0	0	1	4 %	1,3	0	0 %	0															
Coleslaw	140	148	623	7 %	106	445	1,5	3 %	1,1	14	6 %	10,3	10,2	11 %	7,3	10,2	15 %	7,3	0,8	4 %	0,6	0,1	0,1	2,5	11 %	1,8	0,4	7 %	0,3							▲								
Omáčky																																											
Caesar zálivka	60	169	700	8 %	282	1166	0,6	1 %	1	5	2 %	9,1	4,3	5 %	7,2	16,1	23 %	26,9	1,3	7 %	2,2	0,1	0,1	0,5	2 %	0,9	0,8	13 %	1,3	▲	▲				▲	▲	▲					▲		
Vinaigrette zálivka	60	58	242	3 %	96	404	0,3	1 %	0,5	11	4 %	17,7	7,9	9 %	13,2	1,7	2 %	2,8	0,2	1 %	0,4	0,1	0,1	0,3	1 %	0,5	1,9	31 %	3,1													▲		
Piccante zálivka	60	188	778	9 %	314	1296	0,3	1 %	0,5	4	2 %	7,4	3,2	4 %	5,4	18,8	27 %	31,4	1,4	7 %	2,4	0,1	0,1	0,3	1 %	0,5	1,4	24 %	2,4						▲	▲								
Barbecue omáčka	25	26	109	1 %	102	434	0,4	1 %	1,6	6	2 %	23,2	5	6 %	20	0,1	0 %	0,4	0	0 %	0,1	0	0,1	0,4	2 %	1,6	0,5	9 %	2,1													▲		
Orientální omáčka	25	30	126	1 %	118	503	0,2	0 %	0,8	7	3 %	28,6	6,9	8 %	27,5	0	0 %	0,1	0	0 %	0,1	0	0,1	0,2	1 %	0,9	0,4	7 %	1,6		▲													
Česneková omáčka	25	107	448	5 %	428	1793	0,2	0 %	0,7	2	1 %	6,1	0	0 %	–	11,3	16 %	45,3	0	0 %	–	0	–	0	0 %	–	0	0 %	–					▲								▲		
Kečup	15	22	94	1 %	147	626	0,3	1 %	1,9	5	2 %	34,7	0	0 %	–	0	0 %	0,1	0	0 %	0,1	0	0,1	0,3	1 %	2	0,4	6 %	2,4		▲													
Tatarská omáčka	20	78	326	4 %	390	1631	0,1	0 %	0,5	1	0 %	6,4	0,5	1 %	2,5	8,2	12 %	40,9	0,6	3 %	3,2	0	–	0	0 %	–	0,2	3 %	0,9							▲						▲		
Přílohy																																											
Kukuřice s máslem	250	315	1325	16 %	126	530	8,3	17 %	3,3	49	19 %	19,6	6,5	7 %	2,6	9,5	14 %	3,8	3,8	19 %	1,5	0,3	0,1	10	42 %	4	0,3	4 %	0,1						▲									
Běžná porce hranolků	70	179	748	9 %	255	1069	2,7	5 %	3,9	24	9 %	33,8	0,1	0 %	0,2	7,7	11 %	11	1,7	8 %	2,4	0,1	0,1	1,8	8 %	2,6	0,1	2 %	0,2															
Velká porce hranolků	105	268	1122	13 %	255	1069	4,1	8 %	3,9	35	14 %	33,8	0,2	0 %	0,2	11,6	17 %	11	2,5	13 %	2,4	0,1	0,1	2,7	11 %	2,6	0,2	4 %	0,2															
Kyblík hranolků	240	612	2566	31 %	255	1069	9,4	19 %	3,9	81	31 %	33,8	0,5	1 %	0,2	26,4	38 %	11	5,8	29 %	2,4	0,2	0,1	6,2	26 %	2,6	0,5	8 %	0,2															
Bramborová kaše s omáčkou	220	117	480	6 %	53	218	3,3	7 %	1,5	22	9 %	10,1	0,2	0 %	0,1	1,3	2 %	0,6	0,2	1 %	0,1	0	0	0,2	1 %	0,1	0,2	4 %	0,1	▲					▲									
Dezerty																																											
Vanilková zmrzlina (bez kornoutku a polevy)	85	132	554	7 %	155	652	3,1	6 %	3,6	18	7 %	20,6	13,9	15 %	16,3	5,5	8 %	6,5	3,6	18 %	4,2	0	0,1	0,4	2 %	0,5	0,3	4 %	0,3						▲									
Kornoutek	9	34	145	2 %	403	1707	0,9	2 %	10,9	7	3 %	78,1	0,3	0 %	3,6	0,4	1 %	5,1	0,3	1 %	3,1	0	–	0	0 %	–	0	0 %	0,2	▲														
Creamies Karamel	150	264	1109	13 %	176	739	6,2	12 %	4,1	35,6	14 %	23,7	24,5	27 %	16,3	10,8	15 %	7,2	6,0	30 %	4,0			0,9	4 %	0,6	0,5	8 %	0,30				▲		▲									
Creamies Jahoda	145	257	1080	13 %	178	745	5,5	11 %	3,8	37,0	14 %	25,5	28,6	32 %	19,7	9,7	14 %	6,7	5,5	28 %	3,8			1,3	5 %	0,9	0,4	7 %	0,30		▲		▲		▲									
Creamies Čokoláda	147	264	1112	13 %	180	759	5,9	12 %	4	38	14 %	25,6	31,1	35 %	21,2	10,1	14 %	6,9	5,9	29 %	4	0	–	0,9	4 %	0,6	0,6	10 %	0,4			▲	▲		▲									
Muffin čokoládový	110	496	2071	25 %	451	1883	8,4	17 %	7,6	52	20 %	47,7	30,8	34 %	28	28,1	40 %	25,5	2,3	12 %	2,1	0,1	0,1	1,9	8 %	1,7	0,3	6 %	0,3	▲	▲	▲	▲		▲	▲							
Cookie s čokoládou	80	371	1552	19 %	464	1940	3,9	8 %	4,9	46	18 %	57,3	31,8	35 %	39,8	19,0	27 %	23,7	9,8	49 %	12,2	0,0	–	0,0	0 %	–	0,6	10 %	0,8	▲	▲	▲			▲	▲							
Cookie s citronem	80	381	1596	19 %	476	1995	3,5	7 %	4,4	52	20 %	65,0	33,0	37 %	41,2	17,7	25 %	22,1	9,0	45 %	11,3	0,3	0,4	1,2	5 %	1,5	0,4	7 %	0,5	▲	▲				▲	▲							
Jahodový shake běžný ✪	180	259	1087	13 %	144	604	4,5	9 %	2,5	39,6	15 %	22,0	36,0	40 %	20,0	9,0	13 %	5,0	5,9	30 %	3,3	–	–	0,5	2 %	0,3	0,3	4 %	0,14				▲		▲									
Jahodový shake velký ✪	300	432	1812	22 %	144	604	7,5	15 %	2,5	66,0	25 %	22,0	60,0	67 %	20,0	15,0	21 %	5,0	9,9	50 %	3,3	–	–	0,9	4 %	0,3	0,4	7 %	0,14				▲		▲									
Čokoládový shake běžný ✪	180	302	1271	15 %	168	706	5,4	11 %	3,0	43,2	17 %	24,0	36,0	40 %	20,0	11,3	16 %	6,3	7,2	36 %	4,0	–	–	1,4	6 %	0,8	0,1	1 %	0,04				▲		▲									
Čokoládový shake velký ✪	300	504	2118	25 %	168	706	9,0	18 %	3,0	72,0	28 %	24,0	60,0	67 %	20,0	18,9	27 %	6,3	12,0	60 %	4,0	–	–	2,4	10 %	0,8	0,1	2 %	0,04				▲		▲									
Arašídový shake běžný ✪	180	346	1442	17 %	192	801	8,8	18 %	4,9	34,2	13 %	19,0	30,6	34 %	17,0	19,8	28 %	11,0	7,7	39 %	4,3	–	–	1,3	5 %	0,7	0,1	2 %	0,07				▲		▲									
Arašídový shake velký ✪	300	576	2403	29 %	192	801	14,7	29 %	4,9	57,0	22 %	19,0	51,0	57 %	17,0	33,0	47 %	11,0	12,9	65 %	4,3	–	–	2,1	9 %	0,7	0,2	4 %	0,07				▲		▲									
Karamelový shake běžný ✪	180	308	1292	15 %	171	718	5,0	10 %	2,8	46,8	18 %	26,0	41,4	46 %	23,0	10,8	15 %	6,0	7,2	36 %	4,0	–	–	0,2	1 %	0,1	0,0	1 %	0,03				▲		▲									
Karamelový shake velký ✪	300	513	2154	26 %	171	718	8,4	17 %	2,8	78,0	30 %	26,0	69,0	77 %	23,0	18,0	26 %	6,0	12,0	60 %	4,0	–	–	0,3	1 %	0,1	0,1	1 %	0,03				▲		▲									
Kávový shake běžný ✪	180	216	907	11 %	120	504	4,5	9 %	2,5	28,8	11 %	16,0	27,0	30 %	15,0	9,2	13 %	5,1	6,1	31 %	3,4	–	–	0,2	1 %	0,1	0,0	0 %	0,01				▲		▲									
Kávový shake velký ✪	300	360	1512	18 %	120	504	7,5	15 %	2,5	48,0	18 %	16,0	45,0	50 %	15,0	15,3	22 %	5,1	10,2	51 %	3,4	–	–	0,3	1 %	0,1	0,0	1 %	0,01				▲		▲									
Shake třešňový 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 třešňový 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	–	–	0,3	1 %	0,1	0,1	1 %	0,02				▲		▲									
Teplé nápoje																																											
Espresso	100	2	8	0 %	2	8	0,1	0 %	0,1	0	0 %	0,3		0 %	–	0	0 %	0	–	0 %	–	–	–	0	0 %	0	0	0 %	0															
Latte malé	300	147	613	7 %	49	204	9	18 %	3	12	4 %	3,9	–	0 %	–	7,5	11 %	2,5	–	0 %	–	–	–	0	0 %	0	0	0 %	0						▲									
Latte velké	400	196	818	10 %	49	204	12	24 %	3	16	6 %	3,9	–	0 %	–	10	14 %	2,5	–	0 %	–		–	0	0 %	0	0	0 %	0						▲									
Horká čokoláda	200	222	930	11 %	111	465	9,2	18 %	4,6	28	11 %	13,8	–	0 %	–	7,8	11 %	3,9	–	0 %	–	–	–	0	0 %	0	0	0 %	0						▲									
Americano 0,2 l	200	4	17	0 %	2	8	0,3	1 %	0,2	1	0 %	0,3	–	0 %	–	0	0 %	0	–	0 %	–	–	–	0	0 %	0	0	0 %	0															
Americano 0,3 l	300	6	25	0 %	2	8	0,5	1 %	0,2	1	0 %	0,3	–	0 %	–	0	0 %	0	–	0 %	–	–	–	0	0 %	0	0	0 %	0															
Studené nápoje																																											
Pepsi	300	121	507	6 %	40	169	0	0 %	0	32	12 %	10,7	31,9	35 %	10,6	0	0 %	0	–	0 %	0	–	–	0	0 %	–	0,1	1 %	0															
Pepsi Light	300	1	3	0 %	0	1	0	0 %	0	0	0 %	0	0	0 %	0	0	0 %	0	–	0 %	0	–	–	0	0 %	–	0,1	1 %	0															
Lipton Ice Tea	300	90	360	5 %	30	120	0	0 %	0	21	8 %	6,9	20,4	23 %	6,8	0	0 %	0	–	0 %	0	–	–	0	0 %	–	0,1	1 %	0															
Mirinda	300	144	606	7 %	48	202	0	0 %	0	39	15 %	12,9	38,7	43 %	12,9	0	0 %	0	–	0 %	0	–	–	0	0 %	–	0,1	1 %	0															
7UP	300	129	536	6 %	43	179	0	0 %	0	34	13 %	11,2	33	37 %	11	0	0 %	0	–	0 %	0	–	–	0	0 %	–	0,1	1 %	0															
Mojito	415	56	236	3 %	14	57	0	0 %	0,0	13,7	5 %	3,3	–	–	–	0	0 %	0	–	–	–	–	–	0	0 %	0	–	–	–												▲			
Piña Colada	375	65	270	3 %	17	72	0	0 %	0	16	6 %	4,3	–	0 %	–	0	0 %	0	–	0 %	–	–	–	0	0 %	0	0	0 %	–												▲			

Uvedené informace o nutričních hodnotách jsou co možná úplné. Vycházejí ze studií provedených pro KFC v akreditované laboratoři nebo v některých případech byly vypočteny pomocí určeného programu pro výpočet nutričních hodnot. Některé výrobky prodávané v KFC nejsou v tabulce uvedeny, zejména se jedná o sezónní nebo promoční produkty. Vzhledem k tomu, že KFC používá přírodní suroviny s významnou proměnlivostí složení min. se sezónními výkyvy, se nutriční hodnoty mohou lišit od těch, které jsou uvedeny v tabulce. KFC si rovněž vyhrazuje možnost změny v recepturách, která může změnit nutriční hodnotu výrobku. Výrobky KFC jsou připravovány v restauracích, což může mít přirozený vliv na hmotnosti jednotlivých porcí, které se mohou lišit od porcí použitých pro provedení analýz pro účely tohoto prohlášení. GDA je proměnlivé a závisí na věku, pohlaví, životním stylu atd. Údaje uvedené v této tabulce jsou standardy pro dospělou osobu. Informace zde uvedené jsou aktuální k dubnu 2017. GDA – Guideline Daily Amounts (doporučené denní množství), vyjadřuje informaci o celkovém příjmu energie a živin, které by měly být za den konzumovány. Údaje nejsou k dispozici [–]. Alergen obsažen ve výrobku [▲]. V rámci přípravy jídel v naší restauraci pracujeme i s alergeny, jako např. s arašídy nebo sezamem. Vzhledem k tomu, že veškeré pokrmy jsou připravovány ručně, není vyloučeno, že mohou přijít do styku s výše uvedenými alergeny. ✪ Takto označené produkty mají zvýšené riziko kontaku s alergeny, jako např. s arašídy nebo sezamem.