



TABELA WARTOŚCI ODŻYWCZYCH

Lajkonik. House of Bakery Sp. z o.o.

WYKAZ ALERGENÓW

NAZWA PRODUKTU	WAGA (g)	WARTOŚCI W 100 G								ALERGENY											
		KALORYCZNOŚĆ (kcal)	KALORYCZNOŚĆ (kJ)	TŁUSZCZE (g)	W TYM KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIONE (g)	WĘGLOWODANY (g)	W TYM CUKRY (g)	BIĄŁKO (g)	SÓL (g)	LAKTOZA	GLUTEN (ZBOŻA)	ORZECHY	JAJA	RYBY	ORZEZKI ZIEMNE (ARACHIDOWE)	SOJA	SELER	GORCZYCA	SEZAM	DWUTLENEK SIARKI / SIARCZYNY	PIROSIARCZYN SODU*
BULKI																					
Bajgiel makowy	95	271,0	1132,00	5,00	1,50	47,00	1,60	8,10	1,500	o	o										
Bajgiel serowy	95	262,0	1093,00	4,20	4,20	46,00	1,50	8,40	1,600	o	o										
Bajgiel sezamowy	95	277,0	1158,00	6,00	1,70	47,00	1,50	8,10	1,500	o	o										
Buława	75	271,0	1134,00	2,50	0,30	53,00	1,20	7,90	1,900		o										
Bulka fitness	80	257,0	1074,00	6,30	0,90	37,00	2,00	9,40	1,900	o	o	o	o								
Bulka prosto z pieca	80	294,0	1041,00	2,20	0,50	48,00	1,60	7,40	1,600		o										
Krakowiak	80	350,6	1467,22	5,28	0,73	62,54	1,63	10,36	2,194		o										
Krakowianka	80	271,0	1134,00	1,30	0,30	55,00	2,00	7,60	1,900		o										
Pałuch Lajkonika	80	287,0	1212,00	5,00	0,80	50,00	2,70	8,80	1,540	o	o	o	o			o	o				
Preceł Lajkonika	90	282,0	1192,00	4,10	0,80	51,00	3,40	9,30	1,700		o										
Preceł Lajkonika z serem i dynią	140	327,0	1372,00	13,90	7,25	33,41	2,40	16,14	1,763	o	o										
CHLEBY																					
Bagieta rustykalna	450	286,0	1206,00	5,10	0,60	49,00	1,20	9,40	1,400		o	o									
Bochen żytni na zakwasie	1000	222,0	927,00	0,97	0,19	41,00	0,80	6,50	1,500		o										
Chleb legendarny	450	259,0	1097,00	1,40	0,30	52,00	1,50	7,30	1,400		o										
Chleb rodzinny na zakwasie	600	235,0	983,00	1,03	0,14	50,00	0,90	5,10	1,200		o										
Chleb rodzinny z makiem	600	239,0	999,00	1,41	0,18	50,00	0,90	5,20	1,200		o										
Chleb wawelski bez drożdży	500	201,0	839,00	0,92	0,15	40,00	0,60	6,40	1,300		o										
Chleb wawelski z ziarnami	500	264,0	1103,00	9,95	1,20	35,00	1,00	8,10	1,000		o										
CIASTA, DESERY, OWSIANKI																					
Brownie	100	506,0	2113,00	27,50	13,60	55,00	39,00	7,40	0,130	o	o										
Cannolo Lajkonika	80	316,7	1328,90	16,34	4,62	34,51	27,99	7,50	0,295	o	o	o									
Ciasto makowe z białą czekoladą	700	282,5	1179,17	14,82	3,05	28,37	20,63	7,21	0,061	o	o										
Crumble cookie kinder bueno	100	518,0	2155,00	31,00	18,00	51,00	30,00	6,60	0,171	o	o	o	o								
Crumble cookie nutella	110	493,0	2049,00	29,00	17,00	50,00	32,00	6,20	0,280	o	o	o	o								
Crumble cookie oreo	120	480,4	1994,80	28,42	13,98	48,38	29,75	6,20	0,231	o	o	o	o								
Deserek brownie-malina	150	135,0	569,00	5,60	2,80	16,00	13,00	4,10	0,090	o	o										
Jogurt z granolą i owocami	200	129,0	543,00	3,20	1,51	19,50	10,82	4,03	0,095	o	o										
Kremówka Lajkonika	140	346,5	1435,77	23,92	16,05	29,02	12,23	3,25	0,208	o	o										
Lapka czekoladowa	90	548,0	2285,00	35,00	9,30	50,00	40,00	6,60	0,860	o	o										
Muffinka czekoladowa z nutellą	130	467,0	1960,00	29,00	5,30	44,00	33,00	6,00	0,930	o	o	o									
Muffinka malinowa z białą czekoladą	120	448,0	1877,00	24,00	5,70	53,00	35,00	5,00	0,670	o	o										
Owsianka proteinowa mango-marakuja	300	113,5	461,91	2,93	1,26	16,79	6,45	6,53	0,091	o	o										
Panna cotta z wanilią z madagaskaru	160	83,3	350,70	1,86	1,22	14,45	12,32	2,06	0,068	o											
Domowy sernik z brzoskwiniami	140	396,1	1655,18	20,86	11,14	39,59	24,09	11,28	0,170	o	o										
Sernik wiedeński	130	362,0	1506,00	23,00	13,00	25,00	9,10	15,00	0,150	o	o										
Szarlotka babuni	190	266,0	1109,00	11,00	6,30	47,00	17,00	2,65	0,020	o	o										
Tarta orzechowa ze słonym karmelem	195	427,5	1774,42	32,07	12,66	26,95	14,54	6,76	0,150	o	o	o	o								
Tarta porzeczkowa z mascarpone	185	366,0	1534,38	22,43	9,62	35,75	22,38	4,64	0,049	o	o										
Tarta waniliowa z owocami	200	230,0	933,00	11,00	6,30	30,00	19,00	2,70	0,040	o	o										
Tiramisu	80	347,6	1456,97	21,39	5,30	32,13	23,24	4,58	0,098	o	o	o									
DROŻDZÓWKI, PÓLFRANCUSKIE																					
Croissant	60	382,0	0,00	23,00	11,00	36,00	2,90	7,20	0,980	o	o										
Croissant czekoladowy	80	527,0	2189,00	38,00	26,00	39,00	11,30	5,90	0,030	o	o										
Croissant z kremem malinowym	130	423,6	1762,95	28,34	13,91	35,85	17,96	4,91	0,820	o	o										
Croissant z kremem pistacjowym	95	405,0	1685,00	25,26	15,97	37,88	14,60	5,17	1,060	o	o	o									
Koperta budyniowa	145	312,8	1280,15	6,72	2,56	56,27	25,51	5,88	3,995	o	o										
Kręciolatek z makiem	150	373,4	1561,58	13,72	4,34	53,64	24,79	8,05	0,178	o	o										
Kręciolatek z serem	155	305,3	1279,24	9,15	5,36	43,56	17,13	11,13	0,209	o	o										
Kręciolatek z różą	160	330,3	1382,52	7,64	4,23	59,43	31,31	5,55	0,198	o	o										
Kruszynka rabarbarowa z kremem waniliowym	180	307,3	1266,83	10,90	4,67	46,27	18,04	4,90	0,110	o	o										
Kruszynka serowa	160	337,0	1391,00	12,54	5,43	46,61	17,98	8,48	0,106	o	o										
Kruszynka wiśniowa	165	372,0	1536,00	12,61	5,41	58,10	23,40	5,54	0,733	o	o										
Pączek z różą i lukrem	95	363,6	1524,85	4,88	0,84	72,14	32,45	6,43	0,802	o	o										
Pączek Kinder Bueno	110	518,5	2156,62	31,41	16,12	47,16	22,59	8,38	0,590	o	o	o	o								
Sukienice serowo-malinowe	140	306,0	1268,46	16,34	10,61	33,90	14,60	5,26	0,470	o	o										
Zawijaniec Lajkonika	130	401,0	1656,00	17,22	8,04	52,27	23,24	6,46	0,824	o	o										
KANAPKI																					
Bajgiel potrójnie serowy	190	215,8	900,75	7,93	2,97	26,47	2,20	9,00	1,218	o	o										
Bajgiel wiosenny	210	181,7	759,91	4,95	1,91	24,38	1,97	9,29	0,805	o	o										
Bajgiel z kurczakiem	170	206,2	857,23	7,27	2,23	29,40	1,98	6,10	2,329	o	o	o	o								
Bajgiel z lososiem	200	257,8	1072,07	12,98	3,58	23,87	1,41	7,04	1,810	o	o										
Bajgiel z sałami	190	248,2	1034,24	11,40	4,10	27,16	2,61	8,51	1,700	o	o										
Buława z jajkiem i pomidorem	200	188,1	782,92	7,91	3,98	22,16	1,59	6,05	0,838	o	o										
Buława z szynką i serem	190	217,5	905,76	9,44	5,52	23,41	1,29	8,77	1,436	o	o										
Croissant z jajkiem i boczkami	180	314,2	1302,85	23,68	6,89	13,15	1,79	11,11	1,347	o	o										
Dominikański kurczak	180	211,9	883,67	7,87	1,59	25,77	1,70	6,13	1,980	o	o	o	o								
Drobiowy smoczy pyszczyk	180	175,7	734,49	4,07	1,09	20,02	3,06	10,15	1,258	o	o										
Duś sezamowy	170	277,5	1160,65	13,90	3,57	27,90	1,25	8,95	1,090	o	o										



TABELA WARTOŚCI ODŻYWCZYCH

Lajkonik. House of Bakery Sp. z o.o.

WYKAZ ALERGENÓW

NAZWA PRODUKTU	WAGA (g)	WARTOŚCI W 100 G								ALERGENY												
		KALORYCZNOŚĆ (kcal)	KALORYCZNOŚĆ (kJ)	TŁUSZCZE (g)	W TYM KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ (g)	WĘGLOWODANY (g)	W TYM CUKRY (g)	BIALKO (g)	SÓL (g)	LAKTOZA	GLUTEN (ZBOŻA)	ORZECHY	JAJA	RYBY	ORZEZKI ZIEMNE (ARACHIDOWE)	SOJA	SELER	GORCZYCA	SEZAM	DWUTLENEK SIARKI / SIARCZYNY	PIROSIARCZYN SODU*	
Matcha frappe na mleku bez laktozy	400	36,1	153,23	1,95	1,20	2,93	2,82	1,92	0,061													
Matcha frappe na napoju owsianym	400	26,5	113,03	0,69	0,12	4,67	2,64	0,42	0,061													
Matcha frappe na napoju sojowym	400	27,1	115,43	1,29	0,18	1,67	1,50	2,22	0,061													
Matcha frappe malinowa	400	49,4	206,35	1,95	1,32	7,06	5,95	0,93	0,061													
Matcha frappe malinowa na mleku bez laktozy	400	53,0	223,75	1,95	1,20	7,06	6,85	1,95	0,061													
Matcha frappe malinowa na napoju owsianym	400	43,4	183,55	0,69	0,12	8,80	6,67	0,45	0,061													
Matcha frappe malinowa na napoju sojowym	400	44,0	185,95	1,29	0,18	5,80	5,53	2,25	0,061													
Matcha frappe truskawkowa	400	57,9	244,16	1,96	1,32	9,22	8,10	1,85	0,061													
Matcha latte	400	32,5	135,83	1,95	1,32	2,93	1,92	0,90	0,061													
Matcha latte na mleku bez laktozy	400	36,1	153,23	1,95	1,20	2,93	2,82	1,92	0,061													
Matcha latte na napoju owsianym	400	30,9	131,63	0,80	0,14	5,43	3,08	0,49	0,071													
Matcha latte na napoju sojowym	400	31,6	134,43	1,50	0,21	1,93	1,75	2,59	0,071													
Orange espresso	400	25,0	105,83	0,27	0,05	5,61	5,55	0,37	0,051													
Shake malinowy	400	68,7	287,75	1,68	1,10	12,03	10,28	1,05	0,069													
Shake malinowy na mleku bez laktozy	400	71,7	302,25	1,68	1,00	12,03	11,03	1,90	0,069													
Shake malinowy na napoju owsianym	400	63,7	268,75	0,63	0,10	13,48	10,88	0,65	0,069													
Shake malinowy na napoju sojowym	400	64,2	270,75	1,13	0,15	10,98	9,93	2,15	0,069													
Shake proteinowy czekoladowy	300	109,0	459,00	2,80	1,90	11,11	9,60	10,30	0,120													
Shake proteinowy malinowy	300	92,0	389,00	2,00	1,31	9,10	6,90	10,10	0,080													
Shake szpinak-banan	400	58,7	248,25	0,22	0,06	12,45	11,16	0,91	0,008													
Tonic espresso	400	18,5	77,62	0,02	0,00	4,21	3,88	0,06	0,001													

Przedstawione informacje o wartościach odżywczych produktów są możliwie pełne. Niektóre produkty sprzedawane w Lajkonik. House of Bakery nie są prezentowane w poniższym zestawieniu, dotyczy to zwłaszcza produktów sezonowych i promocyjnych. Ze względu na to, iż kawiarnie korzystają z produktów nieprzetworzonych, o znacznej zmienności składu wynikającej m.in. z sezonowości, podane wartości odżywcze mogą odbiegać od przedstawionych w tabeli. Lajkonik. House of Bakery zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian w recepturach, co w wpływa na zmianę wartości odżywczej. Wybrane produkty w Lajkonik. House of Bakery są przygotowywane na miejscu w kawiarniach, co w naturalny sposób wpływa na wagę serwowanych porcji, a zatem wagi mogą różnić się od porcji stanowiących bazę kalkulacji.

Wykaz alergenów sporządzono na podstawie deklaracji producentów zawartych w specyfikacjach produktów. Dokładamy wszelkich starań, aby w serwowanych produktach nie pojawiły się alergeny poza wymienionymi. W naszych kawiarniach korzystamy z różnych składników oraz wspólnego sprzętu do przygotowywania potraw i napojów, dlatego nie można całkowicie wykluczyć obecności śladowych ilości substancji uczulających w zamawianych produktach.