



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)	WĘGŁOWODANY (g)	W TYM CUKRY (g)	BIAŁKO (g)	SÓŁ (g)	LAKTOZA	GLUTEN (ZBOŻA)	ORZECHY	JAJA	RYBY	ORZESZKI ZIEMNE (ARACHIDOWE)	SOJA	SELER	GORCZYCA	SEZAM	DWUTLENEK SIARKI / SIARCZYN	PIROSIARCZYN SODU*	
BULKI																						
Bajgiel makowy	95	271,0	1132,00	5,00	1,50	47,00	1,60	8,10	1,500	o	o					o						
Bajgiel serowy	95	262,0	1093,00	4,20	4,20	46,00	1,50	8,40	1,600	o	o					o						
Bajgiel sezamowy	95	277,0	1158,00	6,00	1,70	47,00	1,50	8,10	1,500	o	o					o			o			
Buława	75	271,0	1134,00	2,50	0,30	53,00	1,20	7,90	1,900		o					o						
Bulka fitness	80	257,0	1074,00	6,30	0,90	37,00	2,00	9,40	1,900	o	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					o						
Krakowiak	80	350,6	1467,22	5,28	0,73	62,54	1,63	10,36	2,194		o					o			o			
Krakowianka	80	271,0	1134,00	1,30	0,30	55,00	2,00	7,60	1,900		o					o						
Paluch Lajkonika	80	287,0	1212,00	5,00	0,80	50,00	2,70	8,80	1,540	o	o	o	o			o	o	o				
Precel Lajkonika	90	282,0	1192,00	4,10	0,80	51,00	3,40	9,30	1,700		o					o						
Precel 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			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				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		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			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			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			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					o						
Kremówka Lajkonika	140	346,5	1435,77	23,92	16,05	29,02	12,23	3,25	0,208	o	o											
Łeśna pokusa	230	167,0	695,42	8,78	3,23	19,73	12,51	2,14	0,230	o	o	o	o			o						
Łapka czekoladowa	90	548,0	2285,00	35,00	9,30	50,00	40,00	6,60	0,860	o	o		o			o						
Malinowy rubin	170	375,1	1555,42	22,96	6,74	37,11	22,61	4,36	0,540	o	o		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				o						
Muffinka jagodowa z białą czekoladą	120	463,9	1938,54	24,45	5,84	55,60	36,54	4,99	0,724	o	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					o						
Owsianka proteinowa mango-borówka	300	98,3	414,07	2,62	1,11	11,89	2,46	6,58	0,080	o	o											
Domowy sernik z brzoskwiniami	140	396,1	1655,18	20,86	11,14	39,59	24,09	11,28	0,170	o	o		o			o						
Sernik baskijski	220	482,0	1991,02	30,53	16,65	42,94	20,92	7,50	0,480	o	o		o									
Sernik wiedeński	130	362,0	1506,00	23,00	13,00	25,00	9,10	15,00	0,150	o	o		o									
Szarlotka babuni	190	266,0	1109,00	11,00	6,30	47,00	17,00	2,65	0,020	o	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		o							
Tarta porzeczkowa z mascarpone	185	366,0	1534,38	22,43	9,62	35,75	22,38	4,64	0,049	o	o		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		o									
DROŻDŻÓWKI, PÓLFRANCUSKIE																						
Barórkowy twist	230	254,1	1058,49	14,58	8,38	26,13	9,00	3,54	0,375	o	o					o						
Croissant	60	382,0	0,00	23,00	11,00	36,00	2,90	7,20	0,980	o	o					o						
Croissant czekoladowy	80	527,0	2189,00	38,00	26,00	39,00	11,30	5,90	0,030	o	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				o						
Jagodzianka	160	260,6	1089,11	9,11	5,14	37,58	12,78	5,35	0,124	o	o		o									
Jeżynianka	185	252,2	1052,09	10,21	6,06	32,85	12,28	5,14	0,121	o	o		o									
Kręciadek z makiem	150	373,4	1561,58	13,72	4,34	53,64	24,79	8,05	0,178	o	o		o									
Kręciadek z serem	155	305,3	1279,24	9,15	5,36	43,56	17,13	11,13	0,209	o	o		o			o						
Kręciadek z różą	160	330,3	1382,52	7,64	4,23	59,43	31,31	5,55	0,198	o	o		o									
Kruszynka serowa	160	337,0	1391,00	12,54	5,43	46,61	17,98	8,48	0,106	o	o		o									
Kruszynka wiśniowa	165	372,0	1536,00	12,61	5,41	58,10	23,40	5,54	0,733	o	o		o									
Kruszynka z brzoskwiniami	200	285,0	1177,30	9,35	4,00	42,71	18,63	6,37	0,102	o	o		o									
Malinianka	175	260,7	1088,70	10,61	6,35	35,01	11,20	5,34	0,130	o	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 NASYCONE (g)	WĘGLOWODANY (g)	W TYM CUKRY (g)	BIAŁKO (g)	SÓŁ (g)	LAKTOZA	GLUTEN (ZBOŻA)	ORZECHY	JAJA	RYBY	ORZESZKI ZIEMNE (ARACHIDOWE)	SOJA	SELER	GORCZYCA	SEZAM	DWUTLENEK SIARKI / SIARCZYN	PIROSIARCZYN SODU*
Kawa mrożona waniliowa	400	66,4	277,28	3,81	2,82	7,26	6,92	0,59	0,030	o											
Lemoniada marakuja	400	46,7	198,29	0,05	0,01	10,78	10,40	0,18	0,005												
Lemoniada cytrynowa	400	26,5	112,21	0,07	0,01	6,01	4,98	0,22	0,002												
Matcha frappe	400	32,5	135,83	1,95	1,32	2,93	1,92	0,90	0,061	o											
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		o										
Matcha frappe na napoju sojowym	400	27,1	115,43	1,29	0,18	1,67	1,50	2,22	0,061							o					
Matcha frappe malinowa	400	49,4	206,35	1,95	1,32	7,06	5,95	0,93	0,061	o											
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		o										
Matcha frappe malinowa na napoju sojowym	400	44,0	185,95	1,29	0,18	5,80	5,53	2,25	0,061							o					
Matcha frappe truskawkowa	400	57,9	244,16	1,96	1,32	9,22	8,10	1,85	0,061	o											
Matcha latte	400	32,5	135,83	1,95	1,32	2,93	1,92	0,90	0,061	o											
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		o										
Matcha latte na napoju sojowym	400	31,6	134,43	1,50	0,21	1,93	1,75	2,59	0,071							o					
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	o											
Shake proteinowy malinowy	300	92,0	389,00	2,00	1,31	9,10	6,90	10,10	0,080	o											
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 pojawiały 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.