

# Информация за хранителните стойности на SUBWAY

## 15см сандвичи с 6 грама или по-малко мазнини

15см сандвичи с 6 грама или по-малко мазнини	Килоджаули (к)	Калории	Общо мазнини (g)	Нас. мазнини (g)	Захари (g)	Натрий (g)
<b>Телешко печено</b>	1206	288	3.4	1.5	6	0.9
<b>Пилешки гърди</b>	1271	304	3.7	1.6	7	0.6
<b>Пиле Терияки</b>	1352	323	3.9	1.7	10	0.9
<b>Шунка</b>	1122	268	3.0	1.4	6	0.7
<b>Subway Club™</b>	1238	296	3.5	1.5	6	1.0
<b>Пуешко</b>	1176	281	3.3	1.5	6	0.8
<b>Пуешко и шунка</b>	1211	289	3.4	1.5	6	0.9
<b>Veggie Delite™</b>	968	231	2.5	1.3	6	0.3

## Мини събс

10см сандвичи с 6 грама или по-малко мазнини	Килоджаули (к)	Калории	Общо мазнини (g)	Нас. мазнини (g)	Захари (g)	Натрий (g)
<b>Телешко печено</b>	810	193	2.3	1.0	4.3	0.6
<b>Шунка</b>	754	180	2.0	0.9	4.3	0.4
<b>Пуешко</b>	783	187	2.2	1.0	4.3	0.5
<b>Вегитариански</b>	651	155	1.7	0.8	4.3	0.2
<b>Риба тон</b>	933	223	6.4	1.3	4.6	0.4

## Салати

	Килоджаули (к)	Калории	Общо мазнини (g)	Нас. мазнини (g)	Захари (g)	Натрий (g)
<b>Телешко печено</b>	456	109	1.9	0.5	4	0.7
<b>Пилешки гърди</b>	521	124	2.2	0.6	5	0.4
<b>Пиле Терияки</b>	602	144	2.4	0.6	8	0.6
<b>Шунка</b>	372	89	1.5	0.3	4	0.4
<b>Subway Club™</b>	488	117	2.0	0.5	4	0.7
<b>Пуешко</b>	426	102	1.8	0.4	4	0.6
<b>Пуешко и шунка</b>	461	110	1.9	0.4	4	0.7
<b>Veggie Delite™</b>	217	52	1.0	0.2	4	0.1

## Бейби съб

Per Sandvici de 15 cm	Килоджаули (к)	Калории	Общо мазнини (g)	Нас. мазнини (g)	Захари (g)	Натрий (g)
<b>Бейби съб с телешко</b>	399	95	1.3	0.6	1.0	0.3
<b>Бейби съб с шунка</b>	371	88	1.2	0.5	1.0	0.2
<b>Бейби съб пикантен</b>	489	116	3.8	1.6	1.1	0.2
<b>Бейби съб с риба тон</b>	610	145	5.7	0.9	1.4	0.3
<b>Бейби съб с пуешко</b>	386	92	1.2	0.6	1.0	0.3

## Референтни приеми

8400kJ                      20g нас. мазнини  
2000 калории            90g Захари  
70g общо мазнини      6g натрий

**Хранителната стойност на 30см сандвич може да се изчисли, като удвоите цифрите за 15см сандвич или тортिला.**

Хранителните стойности се базират на 15см съб, направен от пшеничен хляб или тортिला с месо (където е приложимо), айсберг, краставици, домати, зелен пипер и лук. За пълни и актуални хранителни стойности, моля, посетете: [www.subway.bg](http://www.subway.bg).  
Хранителните стойности, включени в постера са точни към времето на отпечатването (дек. 2014 г.) и се отнасят за сандвичи с италиански или пшеничен хляб, или тортिला, приготвени по стандартна рецепта с месо (където е приложимо), червен лук, айсберг, домати, зелен пипер и краставици, които не съдържат повече от 3 грама мазнини на 100 грама. ЗАБЕЛЕЖКА: Горепосочените продукти не са налични във всички страни. Информацията по-горе се отнася само за България и Букурещ.  
\*Преработено месо. †Обработено месо. †Направено с бекон, съдържа зелен пипер и лук.

Всички търговски марки на трети страни са собственост на съответните им притежатели. ©2015 Doctor's Associates Inc. SUBWAY® е регистрирана търговска марка на Doctor's Associates Inc.

**Хранителните стойности и стойностите на алергените подлежат на промяна. Поискайте от персонала на ресторанта най-новата версия или сканирайте QR кода върху екрана. (Дата на отпечатване: 20/07/2015)**

**В обичайната работна среда не е възможно да се гарантира, че сандвичите, зеленчуците и съставките на салатите са 100% без кръстосано замърсяване.**



Посетете [subway.bg](http://subway.bg)



# Информация за съставките за хора с алергии и чувствителност към храните

## Информация за съставките за хора с алергии и чувствителност към храните

(Преработено на 31 октомври 2014 г.)

България

Продуктите ни се произвеждат в цехове, в които се преработват ядки

	Яйца	Риба	Мляко/лактоза	Фъстъци	Сусам	Ракообразни	Соя	Ядки	Зърнени храни със съдържание на глутен	Сулфити	Целина	Горчица	Лулина	Мелотели
<b>Сандвичи</b> ▲ Италиански бял хляб с салата айсберг, домати, зелени чушки, краставица и червен лук.														
Голям Beef Melt									W					
Телешко печено									W					
Пилешки ленти									W					
Пиле Тика									W					
Пиле Терияки					✓				W		✓			
Пиле Фажита									W					
Шунка									W					
Italian B.M.T.*									W		✓	✓		
Пикантен италиански									W		✓	✓		
Subway Club <sup>®</sup>									W					
Steak & Cheese (с топено сирене)									W					
Subway Melt <sup>®</sup> (с топено сирене)									W					
Риба тон	✓	✓							W			✓		
Пуешки гърди									W					
Пуешки гърди и шунка									W					
Veggie Delite <sup>®</sup>									W					
Вегетариански шницел	✓								W		✓			
<b>Салати</b> ▲ с салата айсберг, домати, зелени чушки, краставица и червен лук														
Сандвич с говеждо														
Телешко печено														
Пилешки ленти														
Пиле Тика									W					
Пиле Терияки									W		✓			
Пиле Фажита									W					
Шунка														
Italian B.M.T.*											✓	✓		
Пикантен италиански											✓	✓		
Steak & Cheese (с топено сирене)														
Subway Melt <sup>®</sup> (с топено сирене)														
Subway Club <sup>®</sup>														
Риба тон	✓	✓										✓		
Пуешки гърди														
Пуешки гърди и шунка														
Veggie Delite <sup>®</sup>														
Вегетариански шницел	✓								W		✓			
<b>Хляб</b>														
Бял хляб									W					
Бял хляб с риган и топено сирене									W					
Бял хляб със сусам					✓				W					
Черен хляб									W,B					
Черен хляб с овесени ядки и мед									W,O,B					
Тортила									W,O					
<b>Месо, птици, морски дарове, яйца и Вегетариански шницел</b>														
Бекон														
Сандвич с говеждо														
Печено говеждо														
Пилешки ленти														
Пилешки ленти със сос терияки					✓				W		✓			
Пиле Тика									W					
Пиле Фажита									W					
Шунка														
Пеперони											✓	✓		
Салами											✓	✓		
Пържола стил Филадельфия														
Кюфтета	✓	✓							W					
Риба тон (с майонеза)	✓	✓											✓	
Свинска наденица									W					
Омлет от яйца	✓	✓												
Пуешки гърди														

▲ = Информацията за алергени за допълнителните подправки и хлябове е посочена отделно в тази таблица.

✓ = СЪДЪРЖА

\*\* = Поради начина на съхранение на сладките, те могат да са в съприкосновение с други сладки, които съдържат ядки.

В обичайната работна среда не е възможно да се гарантира, че сандвичите, зеленчуците и съставките на салатите са 100% без кръстосано замърсяване.

Моля, обърнете се към обслужващия Ви специалист по сандвичите, ако имате въпроси, свързани с артикули, които не са показани в тази таблица

## Информация за съставките за хора с алергии и чувствителност към храните

(Преработено на 31 октомври 2014 г.)

България

Продуктите ни се произвеждат в цехове, в които се преработват ядки

	Яйце	Риба	Мляко/лактоза	Фъстъци	Сусам	Ракообразни	Соя	Ядки	Зърнени храни със съдържание на глутен	Сулфити	Целина	Горчица	Лулина	Мелотели
<b>Продукти на база сирене и зеленчуци</b>														
Крема сирене														
Настъргано сирене Монтерей Джак/Чедар														
Настъргано сирене														
Вегетариански шницел	✓		✓				✓		W		✓			
Лютти чушки	✓										✓			
Маслини														
Кисели краставици														
Пресни зеленчуци – Салата айсберг, домати, краставица, зелени чушки и червен лук														
<b>Подправки и сосове</b>														
Сос барбекю														
Сос Млечен	✓		✓				✓		W		✓	✓		
Сос Пикантен югозападен	✓		✓						W					
Сос Медена горчица												✓		
Лека майонеза	✓												✓	
Сос Сладък лук			✓						W				✓	
Терияки Сос					✓		✓		W		✓			
Сос Маринара							✓							
Чеснов сос	✓		✓										✓	
Доматен кетчуп														
Лютин чили сос														
Сос Горчица												✓		
Кисело мляко – фикс за салати	✓		✓											
Червен винен оцет											✓			
Зехтин														
Риган														
<b>Бисквитки*, донати и мъфини</b>														
Бисквитки бяла с кафяв шоколад														
Бисквитки шоколадова дъга	✓		✓				✓	**	W					
Шоколадови парченца	✓		✓				✓	**	W					
Бисквитки черна с кафяв шоколад	✓		✓				✓	**	W					
Бисквитки с овесени ядки и стафиди	✓		✓				✓	**	W,O					
Тесто за малинов чизкейк	✓		✓				✓	**	W					
Бяла с бял шоколад и ядка макадамия	✓		✓				✓	M	W					
Боровинков мъфин	✓		✓				✓		W					
Шоколадов мъфин	✓		✓				✓		W					
Какаов донат с шоколад Милка	✓		✓				✓	H	W					
<b>СУПИ</b>														
Червен пипер и домати														
Зеленчуци по тайландски			✓						Ch					
Говежди гулаш									W			✓		
<b>Разни</b>														
Наливни напитки														

Ядки – включват – бадеми, лешници, орехи, кашу, пекан, бразилски орех, шам-фъстък, макадамия, Куинсланд орех.

Бадеми – A Бразилски орех – Bn Орех – W Макадамия – M Пекан – Pe

Лешник – H Шам-фъстък – P1 Кашу – C Куинсланд орех – Q Кестен – Ch

Зърнените храни със съдържание на глутен включват W = пшеница, R = ръж, B = ечемик, O = овес, S = спелта, K = камут или техни хибридни щамове

Посетете subway.bg



Посетете subway.bg