



Chicken kebab

Næringargildi í heilli pizzu

	Stærð	Orka (kcal)	Orka (kJ)	Fita (g)	Mettuð fita (g)	Kolvetni (g)	Sykur- tegundir (g)	Prótein (g)	Salt (g)
Klassískur botn	Lítill	747	3128	27	11	86	7.0	38	3.1
	Mið	1399	5864	53	23	148	14	78	6.2
	Stór	2281	9555	84	37	244	23	129	10
Ítalskur botn	Mið	980	4107	37	18	95	11	65	4.7
	Stór	1614	6764	60	30	156	18	107	7.7
Pönnu botn	Mið	2265	9491	104	56	214	16	113	8.0
Ketó botn	Lítill	486	2036	30	18	6.4	4.8	44	4.2

Innihaldslýsingar

- Klassískur botn

Botn (**hveiti**, vatn, repjuolía, sykur, salt, ger, askorbínsýra, amýlasi, maltódestrín, ýruefni (E481, E491)), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinnep**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tómat duft, kardimommur, hvítur pipar), græn paprika, rauðlaukur, hvítlaukssósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuft**, sykur, salt, **sinnep**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir), kantolía (**sojaolía**, salt, **sojalesítín**, bragðefni, beta-karótín, þráavarnarefni (E319, E330)), maísmjöl, ostakrydd (**ostaduft** (**mjólk**, salt, ostahleypir, mjólkursýrugerlar), hrísgrjónahveiti, maltódestrín, þurrkaður hvítlaukur (innih. **súlfít**), salt, umbreytt maísterkja, steinselja, náttúruleg bragðefni, kryddþykki (túrmerik)), kebab krydd 0.2% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik).

- Ítalskur botn

Botn (**hveiti**, vatn, repjuolía, sykur, salt, ger, askorbínsýra, amýlasi, maltódestrín, ýruefni (E481, E491)), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinnep**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tómat duft, kardimommur, hvítur pipar), græn paprika, rauðlaukur, hvítlaukssósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuft**, sykur, salt, **sinnep**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir), maísmjöl, kebab krydd 0.2% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik),

- Pönnubotn

Botn (**hveiti**, vatn, pálmaolía, sykur, salt, repjuolía, ger, askorbínsýra, amýlasi, maltódestrín, bragðefni, karótín, ýruefni (E481, E491)), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinnep**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tómat duft, kardimommur, hvítur pipar), græn paprika, rauðlaukur, hvítlaukssósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuft**, sykur, salt, **sinnep**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir), olía (**sojaolía**, salt, **sojalesítín**, bragðefni, beta-karótín, þráavarnarefni (E319, E330)), kebab krydd 0.13% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik).

- Ketóbotn

Botn (smurostur (**ostur**, **smjör**, bræðslusölt (E339, E452), rotvarnarefni (E202)), vatn, **mysuprótein**, psyllium husk, salt), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinnep**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tómatar duft, kardimommur, hvítur pipar), græn paprika, rauðlaukur, hvítlaukssósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuduft**, sykur, salt, **sinnep**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir), kebab krydd 0.2% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik).

Mixed kebab

Næringargildi í heilli pizzu

	Stærð	Orka (kcal)	Orka (kJ)	Fita (g)	Mettuð fita (g)	Kolvetni (g)	Sykur- tegundir (g)	Prótein (g)	Salt (g)
Klassískur botn	Lítill	775	3247	29	12	88	8.5	38	3.7
	Mið	1464	6135	58	26	152	17.5	79	7.4
	Stór	2386	9997	92	42	252	29	130	12.1
Ítalskur botn	Mið	1045	4378	42	21	99	14	65	5.9
	Stór	1720	7206	69	35	164	24	107	9.8
Pönnu botn	Mið	2330	9762	109	59	218	19.6	114	9.3
Ketó botn	Lítill	514	2155	33	19.5	8.4	6.3	44	4.7

Innihaldslýsingar

- Klassískur botn

Botn (**hveiti**, vatn, repjuolía, sykur, salt, ger, askorbínsýra, amýlasi, maltódestrín, ýruefni (E481, E491)), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinnep**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tomat duft, kardimommur, hvítur pipar), nautahakk (nautakjöt, nautafita, vatn, trefjar, **sojaprótein**, kryddblanda (paprika, chili, svartur pipar, engifer, kúmen, **sellerifræ**, cayenne pipar), salt, laukur, gerþykkni, tómatar, bragðefni, hvítlaukur, oregano, reykbragðefni, kekkjavarnarefni (E551)), græn paprika, rauðlaukur, hvítlaukssósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuduft**, sykur, salt, **sinnep**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir), sriracha sósa (chili, sykur, vatn, salt, hvítlaukur, sýrustillir (E260, E330), bindiefni (E415), bragðefni (E621), rotvarnarefni (E202)), kantolía (**sojaolía**, salt, **sojalesítín**, bragðefni, beta-karótín, þráavarnarefni (E319, E330)), maísmjöl, ostakrydd (**ostaduft** (**mjólk**, salt, ostahleypir, mjólkursýrugerlar), hrísgrjónahveiti, maltódestrín, þurraður hvítlaukur (innih. **súlfít**), salt, umbreytt maíssterkja, steinselja, náttúruleg bragðefni, kryddþykkni (túrmerik)), kebab krydd 0.17% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik).

- Ítalskur botn

Botn (**hveiti**, vatn, repjuolía, sykur, salt, ger, askorbínsýra, amýlasi, maltódestrín, ýruefni (E481, E491)), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinnep**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tomat duft, kardimommur, hvítur pipar), nautahakk (nautakjöt, nautafita, vatn, trefjar, **sojaprótein**, kryddblanda (paprika, chili, svartur pipar, engifer, kúmen, **sellerifræ**, cayenne pipar), salt, laukur, gerþykkni, tómatar, bragðefni, hvítlaukur, oregano, reykbragðefni, kekkjavarnarefni (E551)), græn paprika, rauðlaukur, hvítlaukssósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuduft**, sykur, salt, **sinnep**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir), sriracha sósa (chili, sykur, vatn, salt, hvítlaukur, sýrustillir (E260, E330), bindiefni (E415), bragðefni (E621), rotvarnarefni (E202)), maísmjöl, kebab krydd 0.2% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik).

- Pönnubotn

Botn (**hveiti**, vatn, pálmaolía, sykur, salt, repjuolía, ger, askorbínsýra, amýlasi, maltódestrín, bragðefni, karótín, ýruefni (E481, E491)), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinneþ**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tómatar duft, kardimommur, hvítur pipar), nautahakk (nautakjöt, nautafita, vatn, trefjar, **sojaprótein**, kryddblanda (paprika, chili, svartur pipar, engifer, kúmen, **sellerifræ**, cayenne pipar), salt, laukur, gerþykkni, tómatar, bragðefni, hvítlaukur, oregano, reykbلاغðefni, kekkjavarnarefni (E551)), græn paprika, rauðlaukur, hvítlauksósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuft**, sykur, salt, **sinneþ**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir, sriracha sósa (chili, sykur, vatn, salt, hvítlaukur, sýrustillir (E260, E330), bindiefni (E415), bragðefni (E621), rotvarnarefni (E202)), olía (**sojaolía**, salt, **sojalesítín**, bragðefni, beta-karótín, þráavarnarefni (E319, E330)), kebab krydd 0.13% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik).

- Ketóbotn

Botn (smurostur (**ostur**, **smjör**, bræðslusölt (E339, E452), rotvarnarefni (E202)), vatn, **mysuprótein**, psyllium husk, salt), pizzaostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252), kekkjavarnarefni (E460ii)), pizzasósa (tómatar, salt, sykur, svartur pipar, hvítlauksduft, oregano, basilíka, sýrustillir (E330)), fajitas kjúklingur (kjúklingabringur, vatn, salt, glúkósasíróp, sýrustillir (E500), rotvarnarefni (E262), þráavarnarefni (E320), jalapeno, dillfræ, negull, chili, sykur, dextrósi, laukur, repjuolía, svartur pipar, rósmarín, hvítlaukur, broddkúmen, **sinneþ**, **sellerí**, oregano, náttúruleg bragðefni, kanill, kekkjavarnarefni (E554), sítrónusýra, litarefni (paprika), kóríander, cayenne pipar, engifer, tómatar duft, kardimommur, hvítur pipar), nautahakk (nautakjöt, nautafita, vatn, trefjar, **sojaprótein**, kryddblanda (paprika, chili, svartur pipar, engifer, kúmen, **sellerifræ**, cayenne pipar), salt, laukur, gerþykkni, tómatar, bragðefni, hvítlaukur, oregano, reykbلاغðefni, kekkjavarnarefni (E551)), græn paprika, rauðlaukur, hvítlauksósa (**sojaolía**, vatn, **mjólk**, **rjómi**, hvítlaukur, **eggjarauður**, umbreytt sterkja, bindiefni (E412, E415), edik, krydd (innih. **sellerí** og **súlfít**), **undanrennuft**, sykur, salt, **sinneþ**, rotvarnarefni (E202, E211), mjólkursýrugerlar, hleypir, sriracha sósa (chili, sykur, vatn, salt, hvítlaukur, sýrustillir (E260, E330), bindiefni (E415), bragðefni (E621), rotvarnarefni (E202)), kebab krydd 0.2% (paprika, svartur pipar, oregano, kúmen, kóríander, cayenna pipar, hvítlaukur, túrmerik).