

NÆRINGSINNHold OG ALLERGENER

Oppdatert 10.08.2026

SUBS	Fint brød (1/2 sub)							
	Energi KJ	Kcal	Fett	Hvorav mettet	Karb	Hvorav sukkerarter	Protein	Salt
Chili Cheese Beef	2224	532	27	12	70	14	23	4
Club sub	2486	594	27	6	59	11	26	2
Green Fajitas	2339	559	24	2	58	10	25	2
Gresk Kylling	2201	526	22	2	59	11	23	2
Kylling Fajitas	2376	568	29	3	58	10	17	1
Kylling Karri	2378	568	30	3	60	11	14	2
Karbonade	3134	749	43	13	68	13	22	2
Ost & Skinke	2546	609	32	7	58	10	21	2
Taco	2320	554	21	4	71	13	17	2
Tex Mex	2195	525	26	3	59	10	13	1
Spicy Tuna	2338	559	28	3	59	11	17	2
Roastbeef	2210	528	22	2	62	10	20	2
BBQ Kylling	2757	659	37	5	60	11	21	2
Kylling Parmesan	2157	515	23	3	59	11	16	2
Toast (1/3 sub)	1385	331	13	5	37	5	14	1

Grovt brød (1/2 sub)								
Energi KJ	Kcal	Fett	Hvorav mettet	Karb	Hvorav sukkerarter	Protein	Salt	
2301	550	30	12	67	15	23	4	
2564	613	30	7	57	11	27	3	
2416	577	26	3	56	11	25	2	
2279	545	24	3	56	11	23	2	
2453	586	31	3	56	11	17	1	
2455	587	32	4	57	11	14	2	
3211	767	45	13	65	14	22	3	
2623	627	34	7	56	11	21	2	
2397	573	24	5	68	14	17	2	
2272	543	28	3	57	11	13	2	
2415	577	30	3	57	12	17	2	
2287	547	24	3	59	11	20	2	
2233	534	23	4	57	11	21	2	
2234	534	25	4	57	12	16	2	
1436	343	14	5	34	6	15	1	

Allergener										
Gluten*	Soya	Melk	Egg	Sennep	Selleri	Fisk	Sulfit	Sesam	Nøtter	
x	x	x								
x	x	x								
x	x	x	x							
x	x	x		x						
x	x	x	x							
x	x	x								
x	x	x	x							
x	x	x								
x	x	x	x							
x	x	x	x			x				
x	x	x	x	x						
x	x	x								
x	x	x	x							
x	x	x								

GLUTENFRITT								
Energi KJ	Kcal	Fett	Hvorav mettet	Karb	Hvorav sukkerarter	Protein	Salt	
Ost & Skinke	2441	583	32	7	61	7	13	1
Chili Cheese Beef	2122	507	26	11	73	10	15	4
Taco	2240	535	21	5	74	10	10	3
Gresk Kylling	2131	509	22	3	62	7	16	2
Club	2380	569	27	6	62	7	19	3
Green Fajitas	2238	535	24	3	62	7	17	2
Roastbeef	2139	511	22	3	65	7	13	2
BBQ Kylling	2664	637	37	5	63	7	13	2

Allergener			
Soya	Melk	Egg	Sennep
x	x	x	
x	x		
x	x		
x	x		x
x	x		
x	x	x	
x	x	x	x
x	x		

VIKTIG INFORMASJON

- Alle sub kan inneholde spor av nøtter, sesamfrø og egg.
- "Spor av nøtter" er videreført merking fra leverandør.
- *Grove sub inneholder gluten fra hvete, rug, bygg og havre. Fine sub inneholder gluten fra hvete.
- **Alle wraps inneholder gluten fra hvete.
- ***Krutongene inneholder gluten fra hvete
- Salater er oppgitt uten dressing. Se allergenliste for de ulike dressingene.

WRAPS								
Energi KJ	Kcal	Fett	Hvorav mettet	Karb	Hvorav sukkerarter	Protein	Salt	
Chili Cheese Beef	1835	439	24	13	56	10	20	4
Club	2098	501	25	7	46	6	23	3
Green Fajitas	1950	466	21	4	45	6	22	2
Taco	1931	462	18	6	57	9	14	2
Gresk Kylling	1813	433	16	3	27	5	17	1
BBQ Kylling	1767	422	18	5	46	6	18	2
Snack Wrap	1862	445	22	8	43	4	17	2

Grov Wrap								
Energi KJ	Kcal	Fett	Hvorav mettet	Karb	Hvorav sukkerarter	Protein	Salt	
1666	398	22	12	48	11	20	4	
1928	461	23	6	37	8	23	3	
1781	426	19	4	36	8	22	2	
1761	421	16	5	48	11	14	2	
1643	393	17	3	37	8	20	2	
1597	382	16	4	37	8	18	2	
1893	453	24	8	46	2	17	2	

Allergener										
Gluten**	Soya	Melk	Egg	Sennep	Selleri	Fisk	Sulfit	Sesam	Nøtter	
x		x								
x		x								
x			x							
x	x	x								
x		x		x						
x		x								
x		x	x							

BOWLS								
Energi KJ	Kcal	Fett	Hvorav mettet	Karb	Hvorav sukkerarter	Protein	Salt	
Gresk Kylling	866	207	13	1	9	4	16	1
Taco	972	232	15	5	16	6	10	1
Fajitas	929	222	13	1	9	4	18	1

Allergener			
Gluten***	Soya	Melk	Egg
x		x	
	x		
x			

SMOOTHIES*								
Energi KJ	Kcal	Fett	Hvorav mettet	Karb	Hvorav sukkerarter	Protein	Salt	
Summer Days	1330	318	0	0	73	73	2	0
Exotic Breeze	1441	344	0	0	78	78	2	0
Mango Sunrise	1083	259	0	0	61	54	2	0

* Kun utvalgte avdelinger

Allergener			
Gluten	Soya	Melk	Egg

DRESSING										
Gluten	Soya	Melk	Egg	Sennep	Selleri	Fisk	Sulfit	Sesam	Nøtter	
Chilioli			x							
Chili Cheese dressing		x								
Majones			x							
Rømmedressing		x								
Tzatziki		x		x						
Massamandessing			x							
Salsa										
Hamburgerdressing			x	x						