

Subway®-allergeenitaulukko

Tuotteemme on valmistettu laitoksessa, jossa käsitellään pähkinöitä ja maapähkinöitä.

	Kananmuna	Kala	Laktoosi/maito	Maapähkinä	Seesami	Äyriäiset	Soija	Pähkinä	Gluteenia sisältäviä viljakasveja	Sulfitti	Selleri	Sinappi	Lupiini	Mitviäiset
Leivät														
Vaalea									1					
Juusto-Oregano									1					
Tumma									1, 3					
Hunajakaura									1, 3, 4					
Monijyvä									1, 3					
9-viljan leipä (Uusi allergeeni: soija)									1, 2, 3, 4, 5					
Tomaattibasiliika-tortilla									1					
Gluteeniton leipä ^(a)														
Liha, siipikarja, kalat ja äyriäiset ja kananmuna														
Chorizo									3					
Pekoni														
Naudan jauhelihapihvi														
Kananrinta														
Kana Teriyaki									1					
Kana Fajita									1					
Kinkku ^(b)														
Pepperoni														
Salami														
Steak (naudanliha) ^(c)									3					
Taco-maustettu naudan jauheliha														
Tonnikala (sis. majoneesia)														
Kalkkuna ^(b)														
Juusto- ja kasvispohjaiset tuotteet														
Amerikkalainen juusto														
Sinhomejuusto														
Pepper Jack -juusto														
Cheddar														
Mozzarella-cheddar-raaste														
Fetajuusto														
Parmesaanijuusto														
Vegan Delite									1					
Kikherne-kvinoapihvi									1					
Jalapeno														
Oliivi														
Maissi														
Suolakurkku														
Guacamole														
Jäävuorisalaatti, tomaatti, 2-värinen paprika, kurkku, punasipuli														
Kastikkeet														
BBQ									3					
Southwest														
Hunajasinappi														
Kevytmajoneesi														
Makea sipulikastike														
Valkosipulikastike (vegaaninen)														
Tulinen														
Makea chilikastike														
Caesar-kastike														
Punaviinietikka														
Oliiviöljy														
Paahdettu sipuli									1					
Paahdetut siemenet														
Merisuola / Pippuri / Chilihutaleet / Oregano														
Cookiet ja donitsipallot**														
Rainbow								**	1					
Chocolate Chunk								**	1					
Double Chocolate								**	1					
Raspberry Cheesecake								**	1					
White Chip Macadamia Nut								14	1					
Donitsipallo (tumma suklaa)								**	1					
Donitsipallo (valkosuklaa)								**	1					
Muut tuotteet														
Maissilastut (Doritos Sweet Chili)									1					
Juomat														
Hanajuomat														
Kaakao														
Kahvi maidolla														

^(a) Gluteeniton leipä voi joutua kosketuksiin gluteenin kanssa, sillä ravintolassamme olevat muut tuotteet sisältävät gluteenia ja tuotteita valmistetaan jaetuissa laitteissa.

^(b) Paloista uhdistettu liha.

^(c) Valmistettu lihasuikaleista, vihreästä paprikasta ja sipulista.

Ruoka-aineiden valmistustiloissa on saatettu käsitellä muita allergiaa aiheuttavia ruoka-aineita, joita ei mainita ainesosaluettelossa. Tuotevalikoima saattaa vaihdella yllä olevasta. Voit kysyä Sandwich Artistilta tuotteista, joita ei ole tällä listalla mainittu. Käytämme ainoastaan pastöroituja munia, maitoa ja juustoa. Allergeenitiedot on tarkistettu 25/08/2020. Luettelo pyritään pitämään ajantasaisena, mutta ainesosat saattavat vaihdella.

Subway® is a Registered Trademark of Subway IP LLC. ©2020 Subway IP LLC.

■ = SISÄLTÄÄ

** = Varastointitavasta johtuen tuote saattaa joutua kosketuksiin pähkinöiden kanssa.

Viljat (gluteenia)	
1	Vehnä
2	Ruis
3	Ohra
4	Kaura
5	Spelttivehnä
6	Kamut-vehnä

Pähkinät	
7	Manteli
8	Hasselpähkinä
9	Saksanpähkinä
10	Cashewpähkinä
11	Pekaanipähkinä
12	Parapähkinä
13	Pistaasipähkinä
14	Macadamiapähkinä

Subway®-ravintoainetiedot

	Energia (kJ)		Energia (kcal)		Rasvat (g)		josta tyydyttyynyttä (g)		Hiilihydraatit(g)		josta sokereita (g)		Proteiini(g)		Suola (g)	
	per 100g	per 15c	per 100g	per 15cm	per 100	per 15cm	per 100g	per 15cm	per 100g	per 15c	per 100g	per 15cm	per 100	per 15cm	per 100g	per 15c
VÄHÄRASVAISET SUBI®-LEIVÄT																
Naudanpaisti	548	1267	131	303	1.6	3.7	0.4	1.0	17	39	2.6	6.1	11	25	0.49	1.1
Beef Supreme	582	1411	139	337	1.8	4.3	0.4	1.0	19	45	4.1	10	11	26	0.78	1.9
Kananrinta	545	1335	130	319	1.5	3.7	0.3	0.7	16	39	2.5	6.2	11	28	0.50	1.2
Kana Fajita	554	1277	133	305	1.5	3.3	0.3	0.6	17	40	3.0	7.0	10	24	0.66	1.5
Kana Teriyaki	530	1414	127	338	1.4	3.8	0.3	0.8	16	42	3.2	8.5	10	28	0.80	2.1
Kinkku ^(a)	554	1198	132	286	1.8	3.8	0.3	0.7	18	39	3.0	6.4	9.0	19	0.64	1.4
Subway Club®	532	1304	127	312	1.6	3.9	0.3	0.8	16	39	2.6	6.3	11	26	0.65	1.6
Kalkkuna ^(a)	524	1213	125	290	1.4	3.2	0.2	0.5	17	39	2.6	6.1	9.8	23	0.64	1.5
Veggie Delite®	560	977	134	233	1.3	2.2	0.2	0.3	22	38	3.3	5.8	6.5	11	0.40	0.70
SUBI®-LEIVÄT																
American Steakhous Melt ^(a)	747	1713	179	410	6.6	15	3.2	7.3	17	39	2.9	6.6	10	23	0.71	1.6
Italian B.M.T.	747	1781	179	426	7.4	18	2.8	6.6	17	39	2.7	6.4	10	24	1.0	2.4
Spicy Italian	833	1853	199	443	9.6	21	3.7	8.3	17	39	2.7	6.1	9.3	21	1.1	2.4
Subway Melt™	611	1594	146	381	3.8	10	1.5	3.8	15	40	2.7	6.9	11	29	0.84	2.2
Steak ^{(a)(b)} & Cheese	603	1457	144	348	2.8	6.6	1.2	2.9	17	42	3.2	7.7	11	26	0.67	1.6
Tonnikalä	629	1542	150	369	4.7	12	0.5	1.1	16	40	2.6	6.4	9.1	22	0.67	1.6
Veggie Delite	621	1612	149	385	3.6	9.5	0.8	2.1	17	44	3.1	8.0	9.0	23	0.63	1.6
SUBI®-LEIVÄT, 10 CM																
Naudanpaisti	572	818	137	195	3.1	4.4	0.4	0.6	20	29	3.4	4.8	6.2	8.8	0.66	0.95
Kinkku ^(a)	554	798	132	191	1.8	2.6	0.3	0.5	18	26	3.0	4.3	9.0	13	0.64	0.92
Kalkkuna ^(a)	579	892	138	213	3.7	5.6	1.0	1.6	17	26	2.5	3.9	7.8	12	0.34	0.52
Veggie Delite®	560	650	134	155	1.3	1.5	0.2	0.2	22	25	3.3	3.9	6.5	7.5	0.40	0.47
SALAATIT																
American Steakhous Melt ^(a)	277	969	66	232	3.9	14	2.1	7.2	2.6	9.0	2.1	7.3	4.2	15	0.31	1.1
Italian B.M.T.	303	1022	72	244	4.9	16	1.9	6.5	2.4	8.2	2.0	6.7	4.4	15	0.56	1.9
Spicy Italian	340	1093	81	261	6.3	20	2.6	8.2	2.4	7.6	2.0	6.3	3.7	12	0.57	1.8
Subway Melt™	158	545	38	130	0.7	2.5	0.2	0.7	2.3	8.0	1.9	6.6	5.0	17	0.30	1.0
Steak ^{(a)(b)} & Cheese	205	697	49	167	1.6	5.3	0.8	2.8	3.1	11	2.3	8.0	5.1	17	0.32	1.1
Tonnikalä	228	783	54	187	3.0	10	0.3	1.0	2.5	8.5	1.9	6.7	3.9	14	0.32	1.1
Veggie Delite	228	869	57	204	2.3	8.1	0.5	1.9	2.7	13	2.3	8.3	4.6	14	0.34	1.1
VÄHÄRASVAISET SALAATIT																
Naudanpaisti	154	507	37	121	0.7	2.3	0.3	0.9	2.3	7.7	1.9	6.4	4.9	16	0.18	0.59
Beef Supreme	191	652	46	156	0.9	3.0	0.3	0.9	4.0	14	3.0	10	5.0	17	0.40	1.4
Kananrinta	167	576	40	138	0.7	2.3	0.2	0.6	2.1	7.4	1.9	6.4	5.4	19	0.20	0.70
Kana Fajita	157	518	38	124	0.6	2.0	0.2	0.5	2.6	8.6	2.2	7.2	4.6	15	0.30	0.99
Kana Teriyaki	179	654	43	156	0.7	2.4	0.2	0.7	3.1	11	2.4	8.8	5.2	19	0.44	1.6
Kinkku ^(a)	139	439	33	105	0.8	2.5	0.2	0.6	2.6	8.1	2.1	6.7	3.3	11	0.27	0.85
Subway Club®	158	545	38	130	0.7	2.5	0.2	0.7	2.3	8.0	1.9	6.6	5.0	17	0.30	1.0
Kalkkuna ^(a)	137	453	33	108	0.6	1.8	0.1	0.4	2.3	7.6	1.9	6.4	4.2	14	0.28	0.93
Veggie Delite®	79	217	19	52	0.3	0.9	0.1	0.2	2.6	7.0	2.2	6.1	0.9	2.4	0.06	0.16
AAMIAIS-SUBI®-LEIVÄT																
Munakas & Juusto	900	1542	215	368	7.6	13	2.0	3.5	22	38	2.7	4.7	11	19	0.87	1.5
Pekoni, Munakas & Juusto	935	1686	223	403	8.8	16	2.5	4.5	21	38	2.7	4.8	12	22	1.0	1.7
Kinkku ^(a) , Munakas & Juusto	847	1689	203	404	7.1	14	1.9	3.8	19	39	2.5	5.1	12	25	0.98	1.9
Steak ^{(a)(b)} , Munakas & Juusto	816	1854	195	443	6.3	14	1.7	4.0	18	41	2.7	6.2	14	32	0.93	2.1
COOKIEET																
Rainbow	1960	882	469	211	21	9.5	11	4.9	64	29	39	17	5.1	2.3	0.56	0.25
Chocolate Chunk	1993	897	480	216	22	10	12	5.2	63	28	37	17	5.1	2.3	0.56	0.25
Double Chocolate	1989	895	478	215	22	9.8	13	5.7	64	29	43	19	5.1	2.3	1.1	0.50
Raspberry Cheesecake	1927	867	460	207	21	9.6	12	5.4	61	28	36	16	5.1	2.3	0.56	0.25
White Chip Macadamia Nut	1973	888	473	213	23	10	11	5.1	61	28	38	17	5.3	2.4	1.1	0.50

Saannin vertailuarvo	
Energia	8400 kJ / 2000 kcal
Rasvat	70g
josta tyydyttyynyttä	20g
Hiilihydraatit	260g
josta sokereita	90g
Proteiini	50g
Suola	6g

Aikuisen keskiarvo käyttäjän vertailuarvo on 30 cm ravintoarvot saadaan kaksinkertaistamalla 15 cm Subi®-leivän arvot.

Ravintoarvot perustuvat 15 Subi®-9-viljan leivällä tai salaattilla, jotka sisältävät proteiinia (missä käytettävissä), salaattia, kurkkua, tomaattia, paprikaa ja punasipulia.

Asiakkaan pyynnöstä tehdyt muutokset muuttavat vakioreseptien ravintoarvoja.

Käytämme ainoastaan pastöroitua muna, maitoa ja juustoa.

Ravintoaine- ja allergeenitiedot on tarkistettu maaliskuussa 2018. Luettelua pyritään pitämään ajantasaisena, ainesosat saattavat vaihdella. Tarkista usimmat tiedot osoitteessa www.subway.fi

