



VÝROBKY MCDONALD'S (jedna porce)	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST/OBJEM
Bic Mac	4	200 g
Big Tasty Bacon	5	325 g
Crispy Chicken McWrap	5	250 g
Double cheeseburger	3	150 g
Filet - O -Fish	3,5	135 g
Grilled Chicken McWrap	4	220 g
hamburger	3	100 g
hranolky malé	3	65 g
hranolky střední	4	92 g
hranolky velké	6	130 g
Cheeseburger	3	110 g
Chicken McNuggets (4 ks)	1,33	60 g
Chicken McNuggets (6 ks)	2	95 g
Chicken McNuggets (9 ks)	3	140 g
Chicken McNuggets (20 ks)	6,75	320 g
Chickenburger	4,5	130 g
McCountry	3,5	146 g
McChicken	4,5	165 g
Royal	3,5	180 g
Snack Wrap	3	120 g
jablečno -jahodové pyré	1,5	90 g
jogurt s ovocem a BeBe	5	200 g
McFlurry	3	148 g
McSundae čokoládový	4,5	140 g
McSundae jahodový	4,5	140 g
McSundae karamelový	5,5	140 g
Milk shake s čokoládovou příchutí malý	3	225 ml
Milk shake s čokoládovou příchutí velký	6	400 ml
Milk shake s jahodovou příchutí malý	3,5	225 ml
Milk shake s jahodovou příchutí velký	6	400 ml
Milk shake s vanilkovou příchutí malý	3,5	225 ml
Milk shake s vanilkovou příchutí velký	6	400 ml
muffin čokoládový	4	78 g
ovocný mix	1	80 g
taštička jablečná	3	80 g
zmrzlina v kornoutku	2	85 g



VÝROBKY MCDONALD'S (jedna porce)	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST/OBJEM
balsamico zálivka	0,2	5 ml
barbecue omáčka	1	25 ml
Caesar salát - Crispy chicken	1,5	290 g
Caesar salát - Grilled chicken	0,5	270 g
Caesar zálivka	0,3	40 ml
Caprese salát	0,5	190 g
hořčicová omáčka	0,5	25 ml
jogurtová zálivka	0,3	50 ml
kečup	0,3	10 ml
krutony na salát	1	14 g
mrkvové kytičky	0,5	65 g
sladkokyselá omáčka	1	25 ml
sýrová zálivka	0,2	50 ml
tatarská omáčka	0,2	10 ml
zahradní salát	0	110 g
zálivka 1000 ostrovů	0,4	50 ml
čokoládová poleva	2	
jahodová poleva	1,8	
karamelová poleva	2,7	
Kit Kat posypka	1	
Lentilky posypka	1	
SNÍDANĚ		
kuřecí McMuffin	4	175 g
McMuffin s vajíčkem	2,7	120 g
McMuffin s vajíčkem a slaninou	2,7	125 g
míchaná vajíčka se šunkou a slaným muffinem	3	200 g
toust se slaninou a sýrem	2,8	85 g
toust se sýrem	2,8	70 g
toust se šunkou a sýrem	2,8	90 g
vajíčkový SnackWrap	2,5	110 g
vepřová bageta DeLuxe	4,5	226 g
vepřový McMuffin	2,8	125 g
vepřový McMuffin s vajíčkem	2,7	143 g
vepřový McWrap s vajíčkem	4	273 g
džem	1,5	25 g
Hash Brown - bramborová placička	1,5	55 g
máslový croissant	2,3	50 g
Nutella	1,7	30 g
NÁPOJE		
jablečný džus	2	200 ml
pomerančový džus	2,5	225 ml
pomerančový džus	4,5	400 ml



VÝROBKY MCDONALD'S (jedna porce)	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST/OBJEM
McCAFÉ		
Café Latte	0,7	300 ml
Cappucino	0,5	200 ml
Caramel Frappé	6,3	
Classic Frappé	3,5	300 ml
Espresso	0	50 ml
FlatWhite	0,7	200 ml
horká čokoláda	3	200 ml
Choco Frappé	4,1	
Latte Macchiato	0,6	300 ml
ledová čokoláda	5	
ledová káva	0,5	
Mochaccino	2,6	300 ml
Vanilla Frappé	5,6	
vídeňská káva	0	200 ml
DEZERTY McCAFÉ		
Cookie Double Chocolate	4,3	
Cookie Triple Chocolate	4,3	
Croissant máslový	2,5	
čokoládová kostka	9	
Cheese cake	4,5	
Cheese cake jahoda	3,5	
jablečný dort	5,5	
jahodovo-smetanový dort	4	
kobližky	1,2	
malinová kostka	1	
Mozartův dort	3,8	
Muffin borůvka	5,5	
Muffin čokoláda	6	
pekanový košíček	3,5	
Profiteroles	3,5	
Stracciatella	3	
Tiramisu	3,8	
višňový dort	2,7	



VÝROBKY KFC	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST (g)
SENDVIČE		
Brazer sendvič	4,3	259
Brazer Twister	3,8	229
Grander Texas	6,4	300
iTwist Brazer	2	110
Longer	4,2	127
Mega Pocket	5,2	287
Mega Pocket Brazer	5,2	287
Mini Twister	3,6	132
Qurrito	6	230
Twister	5,2	226
Twister sýr & slanina	4,7	240
Zinger	4	179
KUŘECÍ KOUSKY		
Hot&Spicy Filet (1 kus)	1	85
Hot & Spicy Grander (1 kus)	1,7	100
Hot&Spicy Strips (1 kus)	0,5	32
Hot Wings (1 kus)	0,4	36
kuře Kentucky - křídlo (1 kus)	0,7	65
kuře Kentucky - nožička (1 kus)	0,5	69
kuře Kentucky - stehno (1 kus)	0,9	111
kuře Kentucky-prso (1 kus)	0,8	100
kuře Kentucky - žebra (1 kus)	1,1	150
PŘÍLOHY, SALÁTY		
bramborová kaše	2,5	220
hranolky - běžná porce	2,5	70
hranolky - kyblík	8	240
Hranolky - velké	3,5	105
kečup	0,5	15
kukuřice s máslem (1 klas)	5	250
omáčka BBQ	0,5	25
omáčka česneková	0,2	25
omáčka sladkokyselá	0,7	25
salát Ceaser Brazer	0,4	282
salát Coleslaw	1,5	140
salát Greek	0,7	246
salát Piccante	1,3	263
tatarská omáčka	0	20



VÝROBKY KFC	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST/OBJEM
TEPLÉ NÁPOJE		
Americká káva	0	200 ml
Americká káva	0	300 ml
Caffe Latte malé	1,2	300 ml
Caffe Latte velké	1,6	400 ml
Espresso	0	100 ml
horká čokoláda	2,8	200 ml
DEZERTY		
kornoutek (zmrzlinový)	0,3	5 g
Krusher - malý jahoda	3,7	191 g
Krusher - malý KitKat	3,4	188 g
Krusher - velký jahoda	7	342 g
Krusher - velký KitKat	6,4	336 g
Muffin borůvkový	5,3	110 g
Muffin čokoládový	5,2	110 g
Muffin jablečný	5,5	130 g
Tiramisu	3,5	100 g
vanilková zmrzlina	1,8	85 g



VÝROBKY BURGER KING	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST (g)
HOVĚZÍ MASO		
Big King	3,3	198
Big King XXL	4,5	357
Double Cheeseburger	3,3	171
Double Steakhouse	5,5	366
Double Whopper	4,5	355
Hamburger	3	110
Cheeseburger	3,2	122
Steakhouse	5,5	285
Triple Whopper	4,7	436
Whopper	4,5	274
Whopper Junior	3,2	148
KUŘECÍ A RYBÍ MASO		
Crispy Chicken	4	183
Fish King	4,5	187
Grilled Chicken Wrap	3,5	206
Chicken nugget burger	4	133
King Nuggets 6 ks	1,5	96
King Nuggets 9 ks	2,2	144
King Wings 4 ks	3	115
King Wings 6 ks	4,5	172
Long Chicken	5	209
Supreme Grilled Chicken	5,5	287
Tendercrisp	5,8	283
HRANOLKY A SNACKY		
Hranolky - malé	2,5	74
Hranolky - velké	4,8	142
Hranolky - střední	4	116
Chilli Cheese Nuggets 5 ks	3,2	100
Chilli Cheese Nuggets 9 ks	6	180
Onion Rings 6 ks	4	90
SALÁTY		
Grilled Chicken salát	0,6	236
Salát - malý	0,2	73
Salát - velký	4,5	153



VÝROBKY BURGER KING	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST (g)
ZÁLIVKY A OMÁČKY		
BB omáčka	0,7	25
curry omáčka	1	25
kečup	0,5	20
majonéza	0,3	20
omáčka Hot Salsa	0,5	25
salátový dresink - balsamico	0,5	50
salátový dresink - jogurtový	0,7	50
sladkokyselá omáčka Sweet & Sour	1	25
DEZERTY		
čokoládový Milkshake - malý	3,8	156
čokoládový Milkshake - střední	7	281
čokoládový Milkshake - velký	8,7	351
Donut	3,2	71
Hot Blondie	4,3	100
Hot Blondie se zmrzlinou	5,5	150
Hot Brownie	4	100
Hot Brownie se zmrzlinou	5	150
jahodový Milkshake - malý	3,5	156
jahodový Milkshake - střední	6	281
jahodový Milkshake - velký	8	351
Muffin - borůvkový	4	90
Muffin - čokoládový	4	90
vanilkový Milkshake - malý	2,2	132
vanilkový Milkshake - střední	3,8	235
vanilkový Milkshake - velký	7,5	460
zmrzlina - King Sundae	3	130
zmrzlina - King Sundae s čokoládou	4,2	150
zmrzlina - King Sundae s jahodami	4	150
zmrzlina - King Sundae s karamellem	4,2	150
zmrzlina v kornoutku	1,7	70
zmrzlinový dezert Fussion s čoko sušenkami	4,2	150
zmrzlinový dezert Fussion s jahodami	5,5	170



VÝROBKY CROCODILLE	VÝMĚNNÉ JEDNOTKY	HMOTNOST (g)
BAGETY		
Golf	5,5	175
Chlebíčkový labužník	5,5	230
Krůtí šunka	4	190
Kuře na kari	5	170
Kuřecí strips	6,7	240
Kuřecí špíz	6,2	240
Roastbeef & Turkey wrap	4	180
Řecký gyros	5,5	205
Sýrový mlsoun	5,5	180
Šunkový Eiffel	5,5	210
Vejce a ředkvička	8	220
SENDVIČE		
Kuře a slanina	4	175
Mexické kuře	7	235
Triple-šunka, vejce, slanina	7,5	315
Tuňák a vejce	5	170
YORK DELI		
Beef Burger	3,4	130
Cheese Burger	3,5	140
Kuře, vejce a slanina	5	170
Kuřecí salát	4,7	155
Pastrami roštěná	4,3	145
šunka a Chorizo	4	165
šunka a omeleta	3,4	170
šunka se sýrem v bagetě	4	125
šunka se sýrem v toastu	4,5	170
Triple	6,3	235
Tuňákový salát	3,7	150
XXL	5	165
PANINI		
Americana beef&cheddar	4,5	150
Chicken & Blue Cheese	5,2	150
Kuře a mozzarella	4,5	150
Mozzarella & Tomato	5	155
Prague Ham & Emmental	2,5	125
Prosciutto & Emmental	4	120
Šunka a sýr	4	125
DEZERTY		
Bar brusinka & mandle	1	45
Bar meruňka & pistácie	1	45
Brownie	1,8	60
Flapjack	2,5	64



Výměnné jednotky – rychlé občerstvení

Zdroj: Lebl, J., Průhová, Š., Šumník, Z. a kol.: *Abeceda diabetu, čtvrté přepracované a rozšířené vydání*, Maxdorf s.r.o., nakladatelství odborné literatury, Praha 4