



	Keskmine kaal portsjoni kohta (g)	Energia sisaldus portsjoni kohta (kJ)	Energia sisaldus portsjoni kohta (kcal)	Energia RI portsjoni kohta (%)	Rasv portsjoni kohta (g)	Süsivesikud portsjoni kohta (g)	Valk portsjoni kohta (g)	Sool portsjoni kohta (g)
--	-----------------------------------	---------------------------------------	---	--------------------------------	--------------------------	---------------------------------	--------------------------	--------------------------

KANA

Poolkoivad (originaalretsept)	100	933,0	223,0	11,2	12,5	8,4	19,3	1,3
Fillet kanaliha (originaalretsept)	95	1136,2	253,7	12,7	15,2	9,5	19,0	1,8
Kanaribad (originaalretsept)	46	469,7	112,2	5,6	5,4	5,9	10,0	0,8
Vürtsikad kanatiivad	46	658,7	156,4	7,8	10,9	6,7	7,9	0,5
Vürtsikad kanaribad	48	530,4	126,7	6,3	7,0	6,2	9,8	0,7
Vürtsikas Zinger kanaliha	105	1409,1	339,2	17,0	24,2	17,9	22,1	2,2
Veggie fileeribad	31	214,5	51,5	2,6	2,3	3,5	3,6	0,4

BURGERID JA TORTILLAD

Kanaburger	127	1359,1	328,2	16,4	11,7	39,5	14,6	1,7
Juustuburger	139	1433,2	344,2	17,2	11,2	43,5	17,1	2,2
i-Twister mee-sinepi	131	1315,1	315,1	15,8	15,4	30,8	13,4	1,5
i-Twister BBQ	131	1198,4	289,6	14,5	11,9	31,6	13,5	1,6
Qurrito	261	2964,9	702,1	35,1	33,0	58,3	40,8	4,9

VÜRSTIKAS

Tower Zinger burger	249	2873,5	696,3	34,8	42,5	52,3	23,6	3,3
Deluxe Zinger burger	254	2836,5	687,8	34,4	43,8	46,6	25,6	3,2
Zinger burger	193	2443,9	593,2	29,7	36,4	43,1	20,4	2,4
Grander Texas burger	320	3375,6	814,6	40,7	47,0	66,3	24,3	4,1
Twister tortilla	243	2268,4	543,7	27,2	25,2	53,9	25,8	2,6
Boxmaster tortilla	301	3039,1	730,8	36,5	41,5	63,9	25,0	3,6
Chicken Boss burger	297	3093,6	739,8	37,0	41,2	64,5	26,6	3,2

ORIGINAALRETSEPT

Tower Fillet burger	239	2600,6	610,8	30,5	33,5	48,1	26,9	3,5
Deluxe Fillet burger	244	2563,6	602,3	30,1	34,8	42,4	28,8	3,4
Fillet burger	183	2171,0	507,7	25,4	27,5	38,9	23,7	2,6
Grander Texas burger	310	3102,7	729,1	36,5	38,0	62,1	27,5	4,4
Twister tortilla	239	2146,9	514,8	25,7	22,0	53,2	26,1	2,9
Boxmaster tortilla	291	2766,2	645,3	32,3	32,5	59,8	28,2	3,9
Chicken Boss burger	287	2820,7	654,3	32,7	32,3	60,4	29,8	3,5
Veggie Twister tortilla	216	1537,5	367,9	18,4	12,5	49,7	13,4	2,0
Veggie Fillet burger	150	1463,8	356,9	17,8	16,9	36,4	11,9	1,6

FRIIKARTULID

Suured	140	1496,6	357,0	17,9	15,4	47,6	3,6	0,8
Keskmiised	100	1069,0	255,0	12,8	11,0	34,0	2,6	0,6
Väikesed	60	641,4	153,0	7,7	6,6	20,4	1,6	0,4

SALATID

Coleslaw salat	120	643,8	155,1	7,8	10,7	12,3	1,1	0,4
Caesari salat kanaga	301	1895,6	454,8	22,7	30,0	21,4	24,4	2,4

KASTMED

Küüslaagu	25	418,3	101,5	5,1	9,8	3,0	0,2	0,4
Ketšup	25	108,8	25,5	1,3	0,0	5,8	0,3	0,5
BBQ	25	146,0	34,5	1,7	0,1	8,0	0,2	0,3
Magushapu	25	154,3	36,3	1,8	0,0	9,0	0,1	0,4



	Keskmine kaal portsjoni kohta (g)	Energia sisaldus portsjoni kohta (kJ)	Energia sisaldus portsjoni kohta (kcal)	Energia RI portsjoni kohta (%)	Rasv portsjoni kohta (g)	Süsivesikud portsjoni kohta (g)	Valk portsjoni kohta (g)	Sool portsjoni kohta (g)
--	-----------------------------------	---------------------------------------	---	--------------------------------	--------------------------	---------------------------------	--------------------------	--------------------------

JÄÄTIS JA JÄÄTISEKOKTEILID

jäätis vahvlikoonuses	86	570,0	165,4	8,3	3,4	22,4	3,8	0,1
šokolaadjäätis	135	835,8	198,6	9,9	4,9	34,1	4,6	0,1
Maasikajäätis	135	853,2	202,8	10,1	4,9	35,1	4,6	0,1
Karamellijäätis	135	891,2	211,7	10,6	5,1	36,8	4,7	0,1
Vaniljemaitseline jäätisekokteil 0,25 l	210	1149,9	272,4	13,6	4,6	51,3	5,7	0,2
Vaniljemaitseline jäätisekokteil 0,4 l	280	1606,4	380,8	19,0	6,0	73,4	7,4	0,3
Maasikamaitseline jäätisekokteil 0,25 l	210	1149,1	274,7	13,7	4,6	51,0	5,7	0,2
Maasikamaitseline jäätisekokteil 0,4 l	280	1605,1	384,6	19,2	6,0	72,9	7,4	0,3
Šokolaadimaitseline jäätisekokteil 0,25 l	210	1139,0	269,8	13,5	4,6	48,9	5,7	0,2
Šokolaadimaitseline jäätisekokteil 0,4 l	280	1588,7	376,6	18,8	6,0	69,6	7,4	0,2

KUUMAD JOOGID

Must kohv 200 ml	212	139,1	34,1	1,7	1,8	3,0	1,2	0,0
Must kohv 300ml	316	185,4	45,4	2,3	2,4	4,0	1,6	0,0
Must kohv piimaga 200ml	210	368,9	88,4	4,4	4,7	7,2	4,2	0,1
Must kohv piimaga 300ml	312	543,9	130,1	6,5	6,9	10,5	6,3	0,2
Cappuccino 200ml	200	280,4	67,4	3,4	3,6	5,6	3,1	0,1
Cappuccino 300ml	312	341,5	82,1	4,1	4,4	6,8	3,8	0,1
Latte kohv 200ml	209	294,1	70,6	3,5	3,8	5,8	3,3	0,1
Latte kohv 300ml	312	417,4	100,1	5,0	5,3	8,2	4,7	0,1
Flat white 200ml	212	392,1	94,1	4,7	5,0	7,7	4,4	0,1
Tee	200	8,0	2,0	0,1	0,0	0,4	0,2	0,2
Soolakaramelli latte 200 ml	400	272,8	65,2	13,6	0,0	16,1	0,0	0,2
Soolakaramelli latte 300 ml	400	409,2	97,8	4,9	0,0	24,1	0,0	0,3

JOOGID

Coca Cola	100	180,0	42,0	2,1	0,0	4,1	0,0	0,0
Coca Cola Zero	100	1,2	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Sprite	100	38,0	9,0	0,5	0,0	1,9	0,0	0,0
Fanta	100	178,0	42,0	2,1	0,0	10,3	0,0	0,0
Coca Cola 0,5 l PET	500	900,0	210,0	10,5	0,0	4,1	0,0	0,1
Coca Cola Zero 0,5l PET	500	4,5	1,0	0,1	0,0	4,1	0,0	0,0
Sprite 0,5 l PET	500	885,0	210,0	10,5	0,0	50,5	0,0	0,4
Fanta 0,5 l PET	500	415,0	100,0	5,0	0,0	23,5	0,0	0,1
Cappy apelsini 0,33 l PET	330	364,0	86,0	4,3	0,0	17,8	0,0	0,0
Cappy multivitamiini 0,33 l PET	330	382,0	90,0	4,5	0,0	94,0	0,0	0,0
Cappy õuna 0,33 l PET	330	384,0	90,0	4,5	0,0	21,2	0,0	0,0
Mineraalvesi 0,5 l PET	500	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Fuzetea jäätee 0,5 l PET	500	405,0	95,0	4,8	2,5	23,0	2,5	0,2
Heineken	500	880,0	210,0	10,5	16,0	0,5	0,5	0,0
Heineken (alkoholivaba)	330	293,7	69,3	3,5	15,8	0,0	0,0	0,0
Süüder	500	880,0	210,0	10,5	16,0	0,5	0,5	0,0
Mustikalimonaad	285	470,3	112,0	5,6	0,1	26,6	0,1	0,0
Passion fruit limonaad	285	484,0	115,9	5,8	0,0	27,8	0,2	0,1
Greibilimonaad	290	532,9	126,2	6,3	0,0	30,7	0,1	0,1

MAGUSTOIDUD

Suur sõõrik šokolaadiga	70	1163,4	278,6	13,9	15,4	30,8	3,6	0,3
Suur sõõrik marjadega	68	924,1	220,3	11,0	8,8	31,3	3,5	0,5
Väike sõõrik õunatäidisega ja kaneeliga	21	311,0	74,3	3,7	4,0	8,6	0,9	0,2
Väike sõõrik maasikatäidisega	23	368,7	88,3	4,4	4,8	9,9	0,9	0,2

SNÄKID

Camembert juustu ampsud	20	274,6	66,0	3,3	4,2	4,0	2,6	0,4
-------------------------	----	-------	------	-----	-----	-----	-----	-----