

# Fika på stan

Mängd kalorier i olika drycker och tilltugg



## Kalorimängd tilltugg

### **100-200 kcal**

- Kokosboll med skum
- Minimuffins

### **200-300 kcal**

- Mazarin

### **300-400 kcal**

- Chokladboll
- Cookie med choklad chip

### **400-500 kcal**

- Kanelbulle
- Kardemummabulle
- Wienerbröd
- Semla
- Bärpaj med vaniljvisp

### **500-600 kcal**

- Prinsessbakelse

### **600-700 kcal**

- Brownie
- Chokladkaka med vispad grädde

### **700-800 kcal**

- Chokladmuffins
- Morotskaka med glasyr

För ytterligare produkter och näringsinformation, se till exempel Espresso Houses webbplats:  
<https://espressohouse.com/produkter>

## Kalorimängd drycker

### **0-3 kcal**

- Te, c:a 2 dl, 2 kcal
- Espresso, c:a 0,35 dl, 3 kcal
- Coca-cola light 33cl, 1 kcal

### **35 kcal**

- Kaffe med mjölk, c:a 1,5 dl

### **60 kcal**

- Cappuccino, c:a 1,5 dl

### **120 kcal**

- Färskpressad apelsinjuice, 2,5 dl
- Läsk 33cl

### **125 kcal**

- Fruktdryck utan kolsyra typ MER 2,5 dl

### **130 kcal**

- Caffé latte, stor c:a 2,5 dl

### **160 kcal**

- Pago apelsinnektar 33 cl

### **250 kcal**

- Smoothie 2,5 dl

### **308 kcal**

- Chai latte

### **443 -649 kcal**

- Caramel latte 443 kcal
- Varm choklad 649 kcal