

Flyers Pizza – Pizza Nutritional Information

Recipe	Serving Size	# of pieces	Calories	Calories from Fat	Total Fat	Saturated Fat	Trans Fat	Cholesterol	Sodium	Carbohydrates	Dietary Fiber	Sugars	Protein	Vitamin A	Vitamin C	Calcium	Iron
Pizza 8"																	
Bacon	1	6	670	270	28g	14g	0g	40mg	1100mg	71g	3g	9g	30g	0.25	0.15	0.45	0.08
Cheese	1	6	680	260	27g	16g	0g	60mg	1350mg	71g	2g	9g	33g	0.25	0.15	0.6	0.08
Classic Pepperoni	1	6	760	340	36g	18g	0g	75mg	1720mg	71g	2g	8g	33g	0.25	0.15	0.45	0.15
Mushroom	1	6	590	190	20g	11g	0g	40mg	1100mg	72g	3g	9g	27g	0.25	0.2	0.45	0.1
Sausage	1	6	720	310	32g	16g	0g	65mg	1560mg	72g	2g	8g	32g	0.25	0.2	0.45	0.15
BBQ Chicken	1	6	710	240	26g	14g	0g	85mg	1470mg	76g	4g	12g	39g	0.25	0.2	0.5	0.1
BLT	1	6	980	570	62g	20g	0g	70mg	1110mg	70g	3g	6g	29g	0.4	0.15	0.45	0.08
Chicken Garlic Supreme	1	6	900	440	50g	16g	0g	80mg	1190mg	72g	3g	4g	37g	0.15	0.1	0.4	0.15
Country Garden	1	6	650	220	23g	13g	0g	50mg	1160mg	79g	5g	12g	30g	0.35	1.1	0.5	0.1
Hawaiian	1	6	730	210	27g	13g	0g	65mg	1640mg	82g	4g	18g	37g				
Meatza	1	6	920	430	44g	20g	0g	100mg	2370mg	77g	3g	11g	43g	0.3	0.3	0.45	0.2
Old World Pepperoni	1	6	830	390	42g	20g	0g	85mg	1950mg	72g	2g	8g	35g	0.25	0.15	0.45	0.15
Philly	1	6	650	250	28g	15g	0g	70mg	1000mg	67g	3g	6g	31g	0.3	0.2	0.45	0.1
Quattro	1	6	740	280	34g	19g	0g	85mg	1280mg	70g	2g	6g	34g				
Sriracha Southwest	1	6	860	360	41g	22g	0g	130mg	1410mg	72g	3g	9g	49g	0.35	0.3	0.8	0.15
Smokin' Buffalo Chicken	1	6	660	270	31g	12g	0g	55mg	1760mg	67g	2g	3g	26g	0.1	0.3	0.35	0.1
The Bomber	1	6	970	460	44g	17g	0g	110mg	2620mg	79g	4g	12g	47g	0.25	0.6	0.45	0.2
Pizza 11"																	
Bacon	3	4	450	180	19g	9g	0g	25mg	730mg	47g	2g	6g	20g	0.15	0.1	0.3	0.06
Cheese	3	4	250	150	15g	10g	0g	40mg	670mg	11g	< 1g	5g	16g	0.2	0.1	0.4	0.02
Classic Pepperoni	3	4	510	230	24g	12g	0g	50mg	1140mg	47g	1g	6g	22g	0.15	0.1	0.3	0.08
Mushroom	3	4	390	130	14g	7g	0g	25mg	730mg	47g	2g	6g	18g	0.15	0.1	0.3	0.06
Sausage	3	4	520	230	24g	11g	0g	50mg	1140mg	48g	1g	6g	23g	0.15	0.1	0.3	0.1
BBQ Chicken	3	4	470	170	18g	9g	0g	55mg	980mg	50g	2g	8g	26g	0.15	0.1	0.35	0.06
BLT	3	4	640	370	40g	13g	0g	45mg	690mg	46g	1g	3g	18g	0.2	0.08	0.25	0.04
Chicken Garlic Supreme	3	4	630	320	36g	12g	0g	60mg	870mg	48g	2g	3g	27g	0.1	0.06	0.35	0.08
Country Garden	3	4	400	120	13g	7g	0g	25mg	680mg	52g	3g	8g	18g	0.25	0.7	0.3	0.08
Hawaiian	3	4	500	140	18g	9g	0g	45mg	1150mg	54g	2g	12g	25g				
Meatza	3	4	870	470	40g	11g	0g	115mg	2430mg	53g	2g	10g	40g	0.2	0.2	0.25	0.15
Old World Pepperoni	3	4	550	260	28g	13g	0g	55mg	1280mg	48g	1g	6g	23g	0.15	0.1	0.3	0.1

Philly	3	4	510	250	27g	15g	0g	70mg	730mg	44g	1g	4g	21g	0.6	0.1	0.3	0.06
Smokin' Buffalo Chicken	3	4	470	190	22g	8g	0g	40mg	1230mg	46g	< 1g	2g	19g	0.06	0.2	0.2	0.06
Quattro	3	4	510	290	24g	14g	0g	60mg	880mg	45g	< 1g	4g	24g				
Sriracha Southwest	3	4	460	160	18g	8g	0g	55mg	760mg	47g	2g	6g	26g	0.15	0.2	0.3	0.08
The Bomber	3	4	640	300	29g	11g	0g	70mg	1700mg	52g	2g	8g	31g	0.2	0.4	0.3	0.1
Pizza 13"																	
Bacon	4	4 to 5	460	190	20g	10g	0g	70mg	760mg	48g	2g	6g	21g	0.15	0.1	0.3	0.06
Cheese	4	4 to 5	470	190	19g	11g	0g	85mg	950mg	48g	1g	7g	23g	0.2	0.1	0.45	0.06
Classic Pepperoni	4	4 to 5	520	230	25g	12g	0g	90mg	1180mg	48g	1g	6g	22g	0.15	0.1	0.3	0.1
Mushroom	4	4 to 5	400	130	14g	8g	0g	70mg	760mg	48g	2g	7g	19g	0.15	0.15	0.3	0.06
Sausage	4	4 to 5	500	220	23g	11g	0g	90mg	1100mg	48g	1g	6g	22g	0.2	0.15	0.3	0.1
BBQ Chicken	4	4 to 5	520	190	20g	11g	0g	110mg	1120mg	52g	2g	9g	30g	0.2	0.15	0.4	0.08
BLT	4	4 to 5	700	420	45g	14g	0g	90mg	760mg	47mg	1g	4g	20g	0.25	0.08	0.3	0.06
Chicken Garlic Supreme	4	4 to 5	610	290	32g	12g	0g	110mg	870mg	47g	2g	4g	31g	0.15	0.08	0.4	0.1
Country Garden	4	4 to 5	410	120	13g	7g	0g	65mg	710mg	53g	3g	9g	18g	0.25	0.8	0.3	0.08
Hawaiian	4	4 to 5	520	140	19g	9g	0g	85mg	1260mg	56g	2g	13g	27g				
Meatza	4	4 to 5	880	480	41g	13g	0g	155mg	2400mg	54g	2g	10g	41g	0.2	0.25	0.3	0.2
Old World Pepperoni	4	4 to 5	560	260	28g	14g	0g	100mg	1320mg	48g	1g	6g	24g	0.15	0.1	0.3	0.1
Philly	4	4 to 5	630	290	32g	13g	0g	125mg	960mg	46g	1g	4g	38g	0.1	0.15	0.3	0.15
Smokin' Buffalo Chicken	4	4 to 5	500	210	25g	9g	0g	85mg	1320mg	47g	< 1g	2g	22g	0.08	0.3	0.25	0.06
Quattro	4	4 to 5	460	150	20g	11g	0g	85mg	740mg	47g	< 1g	5g	21g				
Sriracha Southwest	4	4 to 5	490	180	20g	9g	0g	105mg	830mg	48g	2g	6g	29g	0.2	0.25	0.35	0.08
The Bomber	4	4 to 5	660	320	31g	12g	0g	115mg	1750mg	54g	2g	9g	32g	0.2	0.45	0.35	0.15
Pizza 15"																	
Bacon	5	5	500	200	22g	11g	0g	30mg	820mg	51g	2g	7g	22g	0.2	0.15	0.35	0.06
Cheese	5	5	510	200	21g	12g	0g	45mg	1020mg	51g	2g	7g	25g	0.2	0.15	0.5	0.06
Classic Pepperoni	5	5	550	250	26g	13g	0g	55mg	1250mg	51g	2g	6g	24g	0.2	0.15	0.35	0.1
Mushroom	5	5	430	150	15g	8g	0g	30mg	820mg	52g	2g	7g	20g	0.2	0.15	0.35	0.08
Sausage	5	5	540	240	25g	12g	0g	50mg	1190mg	52g	2g	6g	24g	0.2	0.15	0.35	0.1
BBQ Chicken	5	5	570	210	22g	12g	0g	75mg	1230mg	55g	3g	10g	33g	0.2	0.15	0.45	0.08
BLT	5	5	760	450	49g	16g	0g	55mg	830mg	50g	2g	4g	22g	0.3	0.1	0.35	0.06
Chicken Garlic Supreme	5	5	720	370	42g	14g	0g	70mg	990mg	52g	2g	4g	32g	0.15	0.1	0.4	0.1
Country Garden	5	5	430	130	14g	7g	0g	25mg	740mg	56g	3g	9g	19g	0.25	0.9	0.3	0.1
Hawaiian	5	5	530	150	20g	10g	0g	45mg	1110mg	59g	3g	14g	26g				

Meatza	5	5	930	510	44g	14g	0g	120mg	2550mg	58g	2g	11g	43g	0.25	0.25	0.35	0.2
Old World Pepperoni	5	5	610	290	31g	15g	0g	65mg	1450mg	52g	2g	6g	26g	0.2	0.15	0.35	0.1
Philly	5	5	560	270	30g	17g	0g	80mg	830mg	48g	2g	4g	24g	0.6	0.15	0.35	0.08
Smokin' Buffalo Chicken	5	5	550	240	28g	10g	0g	50mg	1480mg	51g	1g	2g	24g	0.1	0.35	0.25	0.08
Quattro	5	5	440	120	19g	9g	0g	45mg	730mg	49g	1g	5g	18g				
Sriracha Southwest	5	5	450	140	16g	6g	0g	55mg	680mg	51g	2g	6g	26g	0.15	0.25	0.2	0.1
The Bomber	5	5	700	340	33g	13g	0g	80mg	1860mg	56g	2g	9g	34g	0.2	0.4	0.35	0.15
HINDENBURG	5	5	5080	3160	333g	126g	9g	950mg	12220mg	233g	33g	54g	286g	0.5	0.2	1.7	0.9
Pizza Special Crusts																	
Gluten Free Cheese	2	4	450	140	15g	7g	0g	30mg	850mg	65g	3g	7g	15g	0.15	0.1	0.35	0.02
Cauliflower Crust Cheese	2	4	370	180	20g	14g	0g	50mg	740mg	22g	2g	7g	15g	0	0.1	0.5	0.02
Cauliflower Crust Pepperoni	2	4	580	350	38g	21g	0g	90mg	1460mg	23g	2g	7g	28g	0	0.1	0.5	0.08
Stromboli																	
Stromboli Mushroom	1	950	300	32g	16g	0g	55mg	1300mg	124g	1g	7g	36g	0.35	0.02	0.45	0.1	
Stromboli Pepperoni	1	1160	470	50g	23g	0g	95mg	2010mg	125g	1g	6g	42g	0.35	0	0.45	0.15	