

TOPPINGS		Added values for a single topping:	Calories	Calories from Fat	Total Fat	Saturated Fat	Trans Fat	Cholesterol	Sodium	Total Carbo-hydrates	Dietary Fiber	Sugars	Protein
MEATS	Anchovies	Slice of 11"/13"/17"	7-20	0	0-0.5g	0g	0g	5mg	130-200mg	0g	0g	0g	1-2g
		Calzone	60	25	3g	0.5g	0g	25mg	1,040mg	0g	0g	0g	8g
	Cascioppo's Italian Sausage	Slice of 11"/13"/17"	30-41	20-35	2.5-4g	1-1.5g	0g	5-10mg	105-170mg	0-1g	0g	0g	2-3g
		Calzone	146	100	12g	4g	0g	25mg	510mg	2g	0g	0g	8g
	Hempler's Canadian Bacon	Slice of 11"/13"/17"	16-23	5	0.5-1g	0g	0g	0mg	95-130mg	0g	0g	0g	2-3g
		Calzone	60	20	2.5g	1g	0g	0mg	350mg	1g	0g	1g	8g
	Isernio's Chicken Sausage	Slice of 11"/13"/17"	12-16	0-5	0-0.5g	0g	0g	10-15mg	65-95mg	0g	0g	0g	2-3g
		Calzone	49	15	1.5g	0g	0g	35mg	260mg	0g	0g	0g	8g
	La Quercia Prosciutto	Slice of 11"/13"/17"	8-11	0	0-0.5g	0g	0g	0mg	65-95mg	0g	0g	0g	1-2g
		Calzone	106	40	4.5g	1.5g	0g	15mg	870mg	0g	0g	0g	14g
	Marinated Chicken	Slice of 11"/13"/17"	27-31	10-20	1.5-2.5g	0g	0g	15-25mg	45-75mg	1g	0g	0g	4-7g
		Calzone	80	30	3.5g	0.5g	0g	40mg	115mg	1g	0g	0g	11g
	Pepperoni	Slice of 11"/13"/17"	27-37	15-20	2-2.5g	1g	0g	5mg	80-105mg	0g	0g	0g	1g
		Calzone	197	160	18g	8g	0g	45mg	760mg	0g	0g	0g	8g
	Salami	Slice of 11"/13"/17"	20-28	10-20	1.5-2.5g	0.5-1g	0g	5-10mg	105-180mg	0-1g	0g	0g	2-3g
		Calzone	137	80	9g	3g	0g	40mg	710mg	3g	0g	0g	11g
Salumi's Spicy Pepperoni	Slice of 11"/13"/17"	11-23	5-15	1-1.5g	0-1g	0g	5-10mg	25-55mg	0g	0g	0g	1-2g	
	Calzone	135	80	9g	4.5g	0g	45mg	320mg	0g	0g	0g	14g	
CHEESES	Feta	Slice of 11"/13"/17"	19-22	15-20	1.5-2.5g	1-1.5g	0g	5-10mg	65-95mg	0g	0g	0g	1-2g
		Calzone	112	80	9g	6g	0g	40mg	390mg	2g	0g	2g	6g
	Fontina	Slice of 11"/13"/17"	25-29	20-25	2-3g	1-1.5g	0g	5-10mg	45-65mg	0g	0g	0g	2g
		Calzone	147	110	12g	6g	0g	40mg	260mg	0g	0g	0g	9g
	Laura Chenel's Goat Cheese	Slice of 11"/13"/17"	15-18	10-15	1-2g	1-1.5g	0g	5-10mg	25-40mg	0g	0g	0g	1-2g
		Calzone	90	60	7g	4.5g	0g	30mg	135mg	2g	0g	0g	6g
	Gorgonzola	Slice of 11"/13"/17"	25-29	20-25	2-3g	1.5-2g	0g	10mg	70-105mg	0g	0g	0g	2g
		Calzone	147	110	12g	8g	0g	45mg	430mg	0g	0g	0g	9g
	Extra Mozzarella	Slice of 11"/13"/17"	17-27	10-15	1-2g	1-1.5g	0g	5mg	35-55mg	0g	0g	0g	1-2g
		Calzone	137	80	9g	6g	0g	30mg	270mg	2g	0g	0g	11g
	Fresh Mozzarella	Slice of 11"/13"/17"	15-24	10-15	1-2g	1-1.5g	0g	5mg	10-15mg	0g	0g	0g	1-2g
		Calzone	121	80	9g	6g	0g	35mg	60mg	0g	0g	0g	8g
	Ricotta	Slice of 11"/13"/17"	12-14	10	1-1.5g	0.5-1g	0g	5mg	5-10mg	0g	0g	0g	1g
		Calzone	72	50	5g	3.5g	0g	20mg	35mg	1g	0g	0g	5g
	Arugula	Slice of 11"/13"/17"	2	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	0g	0g	0g	0g
		Calzone	11	0	0g	0g	0g	0mg	10mg	2g	1g	1g	1g
Basil	Slice of 11"/13"/17"	0	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	0g	0g	0g	0g	
	Calzone	2	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	0g	0g	0g	0g	
Fresh Garlic	Slice of 11"/13"/17"	1-3	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	0-1g	0g	0g	0g	
	Calzone	11	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	2g	0g	0g	0g	
Green Peppers	Slice of 11"/13"/17"	3	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	1g	0g	0-1g	0g	
	Calzone	9	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	2g	1g	1g	0g	
Imported Peppers	Slice of 11"/13"/17"	3-4	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	1g	0g	0g	0g	
	Calzone	11	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	2g	0g	0g	0g	
Jalapeño Peppers	Slice of 11"/13"/17"	2-3	0	0g	0g	0g	0mg	25-35mg	0-1g	0g	0g	0g	
	Calzone	14	0	0g	0g	0g	0mg	160mg	3g	0g	0g	0g	
Kalamata Olives	Slice of 11"/13"/17"	21-28	15-25	2-3g	0g	0g	0mg	130-190mg	1g	0g	0g	0g	
	Calzone	128	100	11g	0g	0g	0mg	770mg	6g	0g	0g	0g	
Mama Lil's Peppers	Slice of 11"/13"/17"	21-28	20-25	2-2.5g	0g	0g	0mg	65-85mg	1g	0g	0g	0g	
	Calzone	99	90	10g	0.5g	0g	0mg	310mg	3g	1g	1g	0g	
Olives	Slice of 11"/13"/17"	18-24	15-25	2-3g	0g	0g	0mg	80-135mg	1g	0g	0g	0g	
	Calzone	71	60	7g	0g	0g	0mg	330mg	3g	0g	0g	0g	
Onions	Slice of 11"/13"/17"	12	10	1-1.5g	0g	0g	0mg	0mg	1g	0g	0g	0g	
	Calzone	56	40	4.5g	0.5g	0g	0mg	5mg	3g	1g	0g	0g	
Ostrom's Mushrooms	Slice of 11"/13"/17"	3-4	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	1g	0g	0g	0g	
	Calzone	9	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	2g	0g	1g	1g	
Pepperoncini	Slice of 11"/13"/17"	3-4	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	0g	0g	0g	0g	
	Calzone	15	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	0g	0g	0g	0g	
Pesto	Slice of 11"/13"/17"	12-16	10-15	1-1.5g	0g	0g	0mg	15-20mg	0g	0g	0g	0g	
	Calzone	1	1	10g	1.5g	0g	5mg	120mg	1g	0g	0g	1g	
Pickled Red Onions	Slice of 11"/13"/17"	12	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	1g	0g	1g	0g	
	Calzone	56	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	4g	1g	3g	0g	
Pineapple	Slice of 11"/13"/17"	7-12	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	2-3g	0g	1-3g	0g	
	Calzone	22	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	6g	1g	4g	0g	
Roasted Garlic	Slice of 11"/13"/17"	18-24	10-15	1.5-2g	0g	0g	0mg	0mg	1-2g	0g	0g	0g	
	Calzone	142	90	11g	1g	0g	0mg	5mg	11g	1g	0g	2g	
Spinach	Slice of 11"/13"/17"	2	0	0g	0g	0g	0mg	5mg	0g	0g	0g	0g	
	Calzone	10	0	0g	0g	0g	0mg	35mg	2g	1g	0g	1g	
Sun-Ripened Tomatoes	Slice of 11"/13"/17"	23-30	15-20	1.5-2g	0g	0g	0mg	30-40mg	2-4g	1g	0g	1g	
	Calzone	91	50	6g	1g	0g	0mg	115mg	10g	2g	0g	2g	
Tomatoes	Slice of 11"/13"/17"	4-5	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	1g	0g	1g	0g	
	Calzone	8	0	0g	0g	0g	0mg	0mg	2g	1g	1g	0g	
Thyme-Roasted Artichoke Hearts	Slice of 11"/13"/17"	5-8	0	0g	0g	0g	0mg	35-65mg	1-2g	1g	0g	0g	
	Calzone	37	0	0g	0g	0g	0mg	280mg	8g	6g	1g	2g	
2,000 calories a day is used for general nutrition advice, but calorie needs vary.													