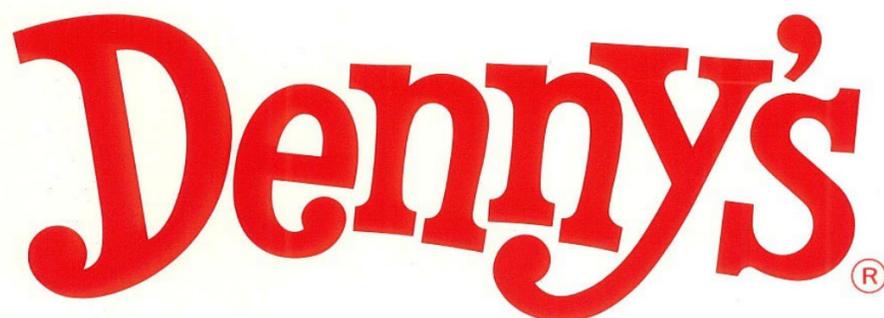


# ・ 栄養成分一覧表 ・

The logo for Denny's, featuring the word "Denny's" in a red, stylized, cursive font with a registered trademark symbol (®) to the right.

世田谷公園、高田馬場、片倉町、湘南台店は対象外です。  
専用一覧をご確認ください。

\*店内メニュー用です。宅配・テイクアウトメニューご利用時は、ホームページの  
「宅配・テイクアウトメニュー 栄養成分・アレルギー情報」をご確認ください。

## お客様へ

- すべての栄養成分は、原材料及び調理に関わる副原料の栄養成分の各値を合計した標準値を表示しておりますが、食材・調理状況より誤差が生じる場合がございます。目安の数値としてお考えください。
- 付け合せの野菜等は季節によって変わることがございます。
- 地域・店舗により販売しているメニューが異なりますので、お取り扱いしていないメニューもございます。
- 栄養成分は変更になる場合があります。最新の情報は本表にてご確認ください。
- メニュー名に記載の肉類の重量については、焼成前の値となります。

【 2025年4月17日 更新 】

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
<b>◆モーニング</b>							
<b>ホテルメッツ モーニング</b> ※一部店舗のみ販売しております。							
(メイン)							
【ホテルメッツ朝食】スクランブルエッグ	324	16.9	26.5	2.5	0.0	2.5	1.2
【ホテルメッツ朝食】ターンオーバー	231	10.0	20.6	1.5	0.0	1.5	1.0
【ホテルメッツ朝食】サニーサイドアップ	231	10.0	20.6	1.5	0.0	1.5	1.0
【ホテルメッツ朝食】焼き鮭	120	12.4	7.7	1.9	1.1	0.8	1.5
【メッツホテル朝食】生ハムシーザーサラダ	207	6.4	17.0	7.0	0.9	6.1	2.2
(セット)							
【ホテルメッツ朝食】グリルドチーズサンド ヨーグルト付き	397	11.5	18.2	46.7	1.0	45.7	1.4
【ホテルメッツ朝食】パンケーキセット ヨーグルト付き	435	10.1	11.5	74.2	1.2	73.0	1.4
【ホテルメッツ朝食】トーストセット ヨーグルト付き	395	10.1	10.7	64.4	1.5	62.9	1.1
【ホテルメッツ朝食】ごはん・みそ汁セット(納豆)	404	14.4	6.5	77.3	5.3	72.0	2.5
【ホテルメッツ朝食】ごはん・みそ汁セット(温泉たまご)	377	12.6	5.8	72.0	2.3	69.7	2.1
<b>セレクト・グランドスラムモーニング</b>							
(セレクトモーニング)							
スクランブルエッグモーニング(おこのみセット除く)	370	17.2	30.8	4.1	0.3	3.8	1.5
サニーサイドアップモーニング(おこのみセット除く)	348	16.5	30.0	3.2	0.3	2.9	1.5
ターンオーバーモーニング(おこのみセット除く)	348	16.5	30.0	3.2	0.3	2.9	1.5
ベースドエッグモーニング(おこのみセット除く)	348	16.5	30.0	3.2	0.3	2.9	1.5
生ハムシーザーサラダモーニング(おこのみセット除く)	207	6.4	17.0	7.0	0.9	6.1	2.2
(グランドスラムモーニング)							
スクランブルエッグモーニング グランドスラム(おこのみセット除く)	538	20.7	38.0	26.2	1.2	25.0	1.8
サニーサイドアップモーニング グランドスラム(おこのみセット除く)	516	19.9	37.1	25.4	1.2	24.2	1.8
ベースドエッグモーニング グランドスラム(おこのみセット除く)	516	19.9	37.1	25.4	1.2	24.2	1.8
ターンオーバーモーニング グランドスラム(おこのみセット除く)	516	19.9	37.1	25.4	1.2	24.2	1.8
<b>デニーズの和朝食</b>							
焼き鮭朝食(小鉢除く)	434	19.6	9.2	72.3	3.1	69.2	3.5
海老とハーブ鶏のスープごはん	405	19.2	14.2	52.8	1.7	51.1	3.7
<b>おすすめモーニング</b>							
デニーズデラックスプレート ※一部店舗のみ販売しております。	1464	50.5	74.9	151.0	5.7	145.3	5.7
おろしハンバーグ朝食(小鉢除く)	636	27.6	21.5	86.3	3.9	82.4	4.2
北海道バターを使用した たらこソース ミニサラダつき	427	20.2	10.1	64.2	4.2	60.0	3.8
ミートスパゲッティ ミニサラダつき	529	19.4	17.3	73.8	5.8	68.0	4.2
ライトモーニング(おこのみセット除く)	222	9.0	18.8	3.0	0.3	2.7	1.1
トーストモーニング(サラダ)	372	7.7	12.9	56.3	1.9	54.4	1.3
トーストモーニング(ゆで卵)	396	13.3	13.7	54.9	1.5	53.4	1.2
グリルドチーズサンドモーニング(サラダ)	375	9.1	20.4	38.6	1.5	37.1	1.7
グリルドチーズサンドモーニング(ゆで卵)	398	14.6	21.2	37.2	1.0	36.2	1.5
自家製フレンチトースト	559	11.9	27.2	70.7	1.1	69.6	1.1
<b>おこのみセット・小鉢</b>							
(セット)トーストセット	325	7.2	8.6	54.7	1.5	53.2	1.0
(セット)グリルドチーズサンドセット	327	8.5	16.1	37.0	1.0	36.0	1.3
(セット)ミニフレンチトーストセット	316	5.9	13.6	45.4	0.6	44.8	0.5
(セット)石窯ブルセット	211	5.6	6.2	31.6	1.3	30.3	0.8
(セット)パンケーキセット	365	7.1	9.5	64.4	1.2	63.2	1.3

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
(セット) ごはん・みそ汁セット	306	6.3	1.3	69.4	1.4	68.0	1.9
(セット) ごはん大盛り・みそ汁セット	430	8.3	1.6	99.1	1.7	97.4	1.9
(セット) ごはん少なめ・みそ汁セット	180	4.3	1.1	39.7	1.2	38.5	1.9
(セット) 納豆つき ごはん・みそ汁セット	400	13.4	6.4	76.3	4.4	71.9	2.5
(セット) 納豆つき ごはん大盛り・みそ汁セット	524	15.4	6.7	106.0	4.7	101.3	2.5
(セット) 納豆つき ごはん少なめ・みそ汁セット	274	11.4	6.2	46.6	4.2	42.4	2.5
(小鉢) ポテトサラダ	82	0.7	5.8	6.9	1.0	5.9	0.6
(小鉢) 納豆(たれ、からし付)	94	7.1	5.1	6.9	3.0	3.9	0.6
<b>軽食モーニング</b>							
アボカド&チキン ライ麦パン添え	266	7.4	16.7	24.5	4.5	20.0	1.5
ローストポークサラダ ライ麦パン添え	174	6.0	7.7	20.5	1.8	18.7	0.9
スープモーニング ライ麦パン添え ドリンクつき	191	5.6	8.4	23.7	2.1	21.6	1.2
<b>D'sランチ</b>							
ランチプレート	787	27.2	48.0	60.3	1.3	59.0	2.9
<b>単品メニュー(モーニング専用)</b>							
バナナ(モーニング用)	101	1.2	0.2	24.5	1.2	23.3	0.0
トースト(ジャム、バターつき)	325	7.2	8.6	54.7	1.5	53.2	1.0
ヨーグルト(モーニング用)	39	1.9	2.2	2.8	0.0	2.8	0.1
ブルーベリーヨーグルト	52	1.9	2.2	6.1	0.1	6.0	0.1
フルーツヨーグルト	61	1.4	1.2	11.7	0.7	11.0	0.0
たまご1コ(お好みの焼き方で) ス克蘭ブルエッグ除く	109	6.1	9.3	0.2	0.0	0.2	0.3
たまご1コ(お好みの焼き方で) ス克蘭ブルエッグ	120	6.5	9.7	0.6	0.0	0.6	0.3
ベーコン(1枚)	55	2.1	4.8	0.9	0.0	0.9	0.5
ソーセージ(1本)	67	1.8	6.5	0.4	0.0	0.4	0.3
納豆(たれ、からし付)	94	7.1	5.1	6.9	3.0	3.9	0.6
焼き鮭	120	12.4	7.7	1.9	1.1	0.8	1.5
のり	9	1.0	0.1	1.0	0.6	0.4	0.1
<b>◆おこさま</b>							
<b>おこさま</b>							
おこさまランチ(ゼリーつき)	558	14.7	23.1	74.4	3.3	71.1	2.0
おこさまラーメン(ゼリーつき)	262	11.5	7.7	37.1	1.8	35.3	3.8
おこさまうどん(ゼリーつき)	303	10.3	3.3	58.6	2.9	55.7	3.4
おこさまオムライス(ゼリーつき)	350	13.0	16.2	37.2	0.5	36.7	2.0
おこさまハンバーガー(ゼリーつき)	531	15.5	25.2	61.2	3.4	57.8	2.0
おこさまパンケーキ(ゼリーつき)	362	5.1	11.3	56.5	1.0	55.5	0.8
ベビーフード~しらすの雑炊	34	1.0	0.2	7.0	0.2	6.8	0.3
おこさまパルフェ	133	1.4	6.9	16.8	0.6	16.2	0.0
キッズバースデーパンケーキ	471	9.2	19.8	64.8	2.0	62.8	1.3
<b>低アレルギーメニュー</b> ◎二番町店・浜松町店では、販売していません。							
低アレルギープレート◎	431	13.3	16.1	60.3	2.7	57.6	2.0
低アレルギーバーガープレート◎	434	12.9	18.4	55.6	3.0	52.6	2.5
低アレルギーケーキ◎	131	1.1	3.5	23.8	0.5	23.3	0.2
<b>おこさまドリンク</b> ◎二番町店のみ取り扱っております。							
りんごジュース	46	0.1	0.0	11.4	0.0	11.4	0.0
おこさまオレンジジュース◎	71	1.1	0.0	15.8	0.3	15.5	0.0
おこさまクリームソーダ◎	94	0.8	3.1	15.8	0.1	15.7	0.0

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
おこさまカルピス◎	65	0.2	0.1	15.6	0.0	15.6	0.0
おこさまミルク◎	101	5.0	5.7	7.2	0.0	7.2	0.2
<b>◆季節のフェアメニュー</b>							
<b>シェフ監修メニュー</b>							
海老とそら豆のたらこクリームドリア	550	23.4	26.8	55.1	2.9	52.2	3.0
海老とそら豆のたらこクリーム	558	28.0	18.7	69.7	4.6	65.1	3.4
サーモンとアボカド〜タルタルシーザー	217	7.1	19.0	5.6	1.9	3.7	1.4
和風BEEFハンバーグ	468	22.7	34.3	16.0	1.5	14.5	2.5
ミニライス	187	3.0	0.4	44.5	0.4	44.1	0.0
ライ麦パン	95	2.9	1.1	18.5	1.4	17.1	0.4
シェフ監修 バルドリーノ 赤	510	1.5	0.0	11.3	0.0	11.3	0.0
シェフ監修 バルドリーノ 赤 グラス	102	0.3	0.0	2.3	0.0	2.3	0.0
シェフ監修 ソアーヴェ 白	563	0.8	0.0	15.0	0.0	15.0	0.0
シェフ監修 ソアーヴェ 白 グラス	113	0.2	0.0	3.0	0.0	3.0	0.0
<b>季節のデザート</b>							
マカロン・パートドフリユイ盛り合わせ	137	1.3	6.8	17.9	0.0	17.9	0.0
マスクメロンのザ・サンデー	467	5.7	26.2	55.3	2.1	53.2	0.2
マスクメロンのショートケーキサンデー	483	5.7	29.4	51.2	1.4	49.8	0.2
マスクメロンのパルフェ	316	3.6	19.3	33.4	1.1	32.3	0.1
マスクメロンのちょこっとパルフェ	197	2.1	10.6	24.2	1.0	23.2	0.1
マスクメロンのふわふわショートケーキ	231	3.2	12.0	28.8	0.4	28.4	0.1
マスクメロンのフレッシュ	71	1.0	0.1	18.3	0.5	17.8	0.0
マスクメロン(1/8カット)	33	0.9	0.1	8.4	0.4	8.0	0.0
【昼デニ 季節のデザート】メロンクリームとゼリーのデザート	127	1.1	6.9	15.5	0.1	15.4	0.0
【グイェノド 会員季節デザート】あずきバターのフレンチトースト	521	8.9	24.7	68.8	2.1	66.7	0.7
<b>◆ランチ</b>							
<b>ランチセット</b>							
●メイン							
ボルチーニ香るきのこのドリア	392	13.0	15.5	52.0	1.2	50.8	3.1
松茸ドリア	405	13.6	11.8	63.7	2.5	61.2	3.4
とろ〜り卵とチーズのオムライス	736	30.6	36.8	68.2	1.3	66.9	4.7
なすと温たま ミートソース	575	25.3	19.5	75.3	5.9	69.4	4.2
北海道バターを使用した たらこソース	393	19.9	7.2	62.5	3.8	58.7	3.5
ハンバーグカレードリア	796	32.5	37.3	85.2	1.7	83.5	4.2
タルタルチキン南蛮(ライス・みそ汁付き)	862	34.3	31.5	113.5	3.8	109.7	7.0
和風ハンバーグ(ライス・みそ汁つき)	760	29.8	29.5	97.5	5.0	92.5	4.4
おろしハンバーグ(ライス・みそ汁つき)	682	28.3	23.0	94.8	5.3	89.5	4.5
デミグラスハンバーグ&海老フライ(ライス・みそ汁つき)	883	33.8	38.6	103.3	4.9	98.4	5.2
おろしハンバーグと牡蠣フライ(ライス・みそ汁つき)	871	32.1	37.6	106.1	5.8	100.3	5.4
BEEFハンバーグステーキ[約200g]〜おろしソース(ライス・みそ汁つき)	779	35.9	29.1	93.4	5.7	87.7	4.9
●副食							
たらマヨポテト	387	6.2	22.9	37.6	1.7	35.9	1.8
ベーコンとほうれん草	167	5.1	15.0	4.3	3.3	1.0	2.1
オニオンスープ	75	1.1	3.5	9.9	1.0	8.9	1.3
ヴィシソワーズ	114	1.5	8.8	6.9	0.9	6.0	0.8
コーンスープ	74	2.5	3.0	9.8	1.2	8.6	0.7
自家製ミニフレンチトースト(2コ)	316	5.9	13.6	45.4	0.6	44.8	0.5
岩手県産真鱈フライ	205	5.4	15.9	10.2	0.6	9.6	0.6

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
ハーフ生ハムシーザーサラダ	103	3.1	8.5	3.5	0.5	3.0	1.1
グリーンサラダ	69	0.6	5.9	3.6	1.0	2.6	0.7
<b>サラダランチ</b>							
ベジ&プロ チキンシーザーサラダ	551	37.0	39.9	13.7	4.6	9.1	3.9
<b>ランチ ライス・みそ汁つき</b>							
デミグラスハンバーグ&チキンステーキ (ライス、みそ汁含む)	1053	65.0	46.6	96.8	4.2	92.6	6.8
和風BEEFハンバーグステーキ&海老フライ (ライス、みそ汁含む)	1010	41.1	48.6	100.9	5.1	95.8	5.7
<b>日替わりプレート</b>							
おろしチキン&ミートペンネグラタン	737	44.4	30.6	73.8	4.1	69.7	3.9
トマトチキン&ベーコンコーン	723	40.1	36.0	62.7	3.2	59.5	2.5
おろしハンバーグ&ベーコンほうれん草	670	25.9	32.2	72.8	4.3	68.5	3.4
カレーハンバーグ&ベーコンコーン	701	25.8	34.6	75.0	3.8	71.2	2.4
照りマヨチキン&ベーコンブロッコリー	707	40.7	33.6	63.5	3.9	59.6	3.7
<b>バランスプレート</b>							
白身魚の黒酢ソース	634	17.6	33.5	68.7	5.1	63.6	2.9
鶏唐揚げの黒酢ソース	575	23.3	24.9	66.8	4.9	61.9	3.5
白身魚と鶏唐揚げの黒酢ソース	594	21.4	27.8	67.5	5.0	62.5	3.3
<b>麺・丼ランチ</b>							
照りたまハンバーグ丼~みそ汁つき	880	34.8	33.5	114.2	3.5	110.7	4.9
【ミニ丼】米どりのミニ照り焼き丼	363	14.4	5.7	66.3	1.6	64.7	1.5
【ミニ丼】ミニローストポークカレー丼	352	7.5	7.1	66.5	0.8	65.7	1.5
【ミニ丼】ミニ牛カルビ丼	414	7.5	16.0	62.3	0.6	61.7	0.7
<b>◆グランドメニュー</b>							
<b>パン</b>							
アメリカンクラブハウスサンド	940	30.6	52.0	86.5	3.3	83.2	3.9
グリルドチーズサンド	327	8.5	16.1	37.0	1.0	36.0	1.3
<b>パスタ・ドリア・グラタン</b>							
ミートソース	495	19.2	14.4	72.1	5.3	66.8	3.9
なすと温たま ミートソース	575	25.3	19.5	75.3	5.9	69.4	4.2
北海道バターを使用した たらこソース	393	19.9	7.2	62.5	3.8	58.7	3.5
海老とアボカド たらこソース	452	23.8	11.6	64.2	4.9	59.3	3.7
イベリコベーコンの田舎風トマトソース	696	20.8	35.6	73.4	5.5	67.9	3.8
イベリコベーコンとふわふわチーズのカルボナーラ	672	28.6	30.6	69.5	3.5	66.0	3.6
蟹と海老のペペロンチーノ	430	20.8	10.4	63.0	3.7	59.3	2.8
生ハムとボルチーニのペペロンチーノ	502	15.4	20.1	64.4	5.2	59.2	3.3
冷麺風涼み麺~カペリーニ使用	437	21.6	8.4	69.7	3.1	66.6	5.7
冷麺風涼み麺~ライスヌードル使用 一部店舗のみ	425	15.1	7.4	75.6	3.0	72.6	5.8
生ハムとアボカドの冷製ジェノベーゼ~カペリーニ使用	671	15.5	39.8	62.5	3.7	58.8	3.0
生ハムとアボカドの冷製ジェノベーゼ~ライスヌードル使用 一部店舗のみ	659	9.0	38.8	68.4	3.6	64.8	3.1
海老ドリア	496	16.0	22.6	58.6	1.5	57.1	2.4
ハンバーグカレードリア	796	32.5	37.3	85.2	1.7	83.5	4.2
クレオールグラタン	312	13.9	12.6	35.7	3.7	32.0	2.5
鉄板ナポリタン~ハンバーグ 名駅西口店のみ	1192	54.8	56.5	117.6	7.0	110.6	6.8
鉄板ナポリタン~ミニッツステーキ 名駅西口店のみ	1000	46.3	44.5	106.0	6.1	99.9	6.4
鉄板ナポリタン~オールスター 名駅西口店のみ	1282	65.9	62.0	117.8	7.0	110.8	7.3
<b>ライスプレート</b>							
チキンジャンバラヤ	876	41.9	41.9	77.8	1.6	76.2	4.7
チキンジャンバラヤ (大盛り)	1067	45.6	46.7	111.0	2.0	109.0	5.5
ジャンバラヤ	382	7.4	9.6	66.4	0.8	65.6	1.6
ビーフ&ポーク ガーリックライス	678	25.1	28.6	81.3	1.6	79.7	3.7

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
ミニッツステーキのガーリックライス	705	31.1	29.5	81.3	1.6	79.7	3.9
ガーリックライス	518	8.5	18.5	79.3	1.5	77.8	2.3
とろ〜り卵とチーズのオムライス	736	30.6	36.8	68.2	1.3	66.9	4.7
ミニオムライス	331	13.0	16.2	32.3	0.5	31.8	1.9
鶏肉のバジル炒めごはん〜ガパオ・ガイ	761	29.1	36.7	83.6	1.7	81.9	3.4
<b>和食・丼</b>							
天然まぐろの漬け小丼と讃岐うどん	592	25.3	2.1	121.3	4.3	117.0	8.0
海老とハーブ鶏のスープごはん	405	19.2	14.2	52.8	1.7	51.1	3.7
【ミニ丼】ミニ牛カルビ丼	414	7.5	16.0	62.3	0.6	61.7	0.7
<b>麺</b>							
胡麻香る四川風担々麺	1045	34.6	67.6	75.6	8.7	66.9	7.8
昔ながらの中華麺	487	23.1	15.5	65.2	3.8	61.4	7.5
セット〜鶏唐揚げ2コ・ミニごはんつき	309	12.7	6.5	51.6	0.4	51.2	0.7
ミニ中華麺	242	11.5	7.7	32.2	1.8	30.4	3.8
温たまの讃岐うどん	339	13.7	5.6	59.1	2.8	56.3	6.5
<b>合挽きハンバーグ</b>							
デミ煮込みハンバーグ	446	23.9	26.0	30.5	3.1	27.4	2.9
GRILLブラザーズ2nd〜選べるソース	757	66.5	46.0	22.4	3.0	19.4	3.2
あめいろたまねぎソースのスープハンバーグ	586	32.3	37.2	31.6	3.3	28.3	4.3
おろしハンバーグ	376	22.0	21.6	25.4	3.8	21.6	2.6
和風ハンバーグ	454	23.5	28.2	28.1	3.6	24.5	2.5
グラタン風ハンバーグ〜トリュフソース	608	30.1	35.4	43.3	3.3	40.0	3.9
おろしハンバーグと牡蠣フライ	565	25.8	36.2	36.7	4.3	32.4	3.5
岩手県産真鱈フライとおろしハンバーグ	572	27.1	36.9	34.6	4.3	30.3	3.3
<b>大豆ミートハンバーグ</b>							
大豆GRILLブラザーズ2nd〜選べるソース	712	57.5	45.1	21.5	6.0	15.5	3.2
大豆 おろしハンバーグ	331	13.0	20.7	24.5	6.8	17.7	2.6
大豆 和風ハンバーグ	409	14.5	27.3	27.2	6.6	20.6	2.5
<b>選べるソース</b> (Beefハンバーグ、肉メニューでお選びいただけます) ※BEEFハンバーグステーキ300g、GRILLブラザーズは、ソース量が2倍です							
【選べるソース】デミグラスソース	49	2.0	2.5	4.6	0.4	4.2	1.1
【選べるソース】おろしソース	20	0.7	0.0	4.7	1.1	3.6	1.2
【選べるソース】和風ソース	50	1.8	2.6	5.0	0.2	4.8	1.1
【選べるソース】ガーリックソース	54	1.3	1.8	8.1	0.5	7.6	1.1
<b>Beef ハンバーグ</b>							
BEEFハンバーグステーキ[約100g]〜選べるソース	258	15.4	14.6	15.1	2.7	12.4	1.1
BEEFハンバーグステーキ[約200g]〜選べるソース	454	29.0	27.7	19.3	3.1	16.2	1.8
BEEFハンバーグステーキ[約300g]〜選べるソース	650	42.6	40.8	23.5	3.5	20.0	2.5
<b>追加トッピング</b>							
追加 BEEFハンバーグステーキ[約100g]〜選べるソース	196	13.6	13.1	4.2	0.4	3.8	0.7
追加 海老フライ1本	172	4.2	13.2	8.7	0.5	8.2	0.8
追加 牡蠣フライ2コ	189	3.8	14.6	11.4	0.5	10.9	0.9
追加 鶏唐揚げ2コ	122	9.7	6.1	7.0	0.0	7.0	0.7
追加 チェダーチーズ1枚	51	2.8	4.3	0.4	0.0	0.4	0.4
追加 ふわふわチーズ	34	2.5	2.2	1.2	0.0	1.2	0.4
追加 温泉たまご	67	5.3	4.4	1.6	0.0	1.6	0.2
<b>牛肉</b>							
ミニッツステーキ〜選べるソース	226	24.0	12.3	8.0	1.9	6.1	1.7
ハーフポンド ミニッツステーキ〜選べるソース	405	46.3	23.2	8.5	2.0	6.5	2.7
ブラックアングスサーロインステーキ[約160g]〜選べるソース	484	29.5	39.2	8.2	1.9	6.3	1.8
ビーフシチュー	565	22.2	40.4	28.6	2.9	25.7	3.1
サーロインステーキプレート	495	29.3	41.0	7.7	1.5	6.2	2.7
サーロインステーキ レモン&バター醤油 アボカドグラタン添え	680	34.4	57.3	13.0	3.1	9.9	3.8

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
ミニッツステーキ丼 みそ汁つき	619	31.2	14.0	98.2	2.4	95.8	4.8
<b>鶏肉 豚肉 その他</b>							
チリンドロン〜スペイン風トマト煮込み	453	27.4	29.0	22.1	3.9	18.2	5.3
鶏の唐揚げみぞれ和え	444	27.3	22.8	34.7	4.2	30.5	4.1
タルタルチキン南蛮	556	27.9	30.2	44.0	2.4	41.6	5.1
あぐー豚のしゃぶしゃぶ〜おろしソース	350	24.6	21.0	18.9	4.2	14.7	3.1
山形豚のしゃぶしゃぶ〜おろしソース	367	23.5	23.5	18.9	4.2	14.7	3.1
<b>サラダ</b>							
ハーフ生ハムシーザーサラダ	103	3.1	8.5	3.5	0.5	3.0	1.1
ハーフCOBBサラダ	103	4.5	8.2	3.3	0.8	2.5	0.7
アボカドとなすのサラダ	136	1.4	12.3	6.3	2.5	3.8	0.8
生ハムシーザーサラダ	207	6.4	17.0	7.0	0.9	6.1	2.2
グリーンサラダ	69	0.6	5.9	3.6	1.0	2.6	0.7
COBBサラダ	202	8.6	16.0	6.4	1.6	4.8	1.3
チキンシーザーサラダ	534	35.1	39.7	10.7	2.6	8.1	3.9
ゼロミートハンバーグ〜サラダ仕立て	415	12.2	33.7	18.4	6.1	12.3	1.4
<b>サイドメニュー</b>							
オニオングラタンスープ	152	5.4	7.8	14.7	1.1	13.6	1.7
たまねぎのズッパ	182	8.4	11.0	12.2	1.1	11.1	1.7
コーンスープ	74	2.5	3.0	9.8	1.2	8.6	0.7
たらまヨボテト	387	6.2	22.9	37.6	1.7	35.9	1.8
ジャーマンポテト	214	4.1	14.2	17.3	2.0	15.3	1.2
ポーク盛り合わせ	190	15.0	14.1	1.0	0.1	0.9	1.6
フライドポテト	294	3.5	14.7	36.0	1.7	34.3	0.6
山盛りフライドポテト(販促用)	588	6.9	29.4	72.0	3.3	68.7	0.8
シャカシャカポテト(バター醤油)	302	3.8	14.8	37.5	1.7	35.8	1.2
ベーコンとほうれん草	167	5.1	15.0	4.3	3.3	1.0	2.1
彩り野菜のトマトソース	141	3.2	12.3	4.6	0.8	3.8	0.9
鶏唐揚げ	235	15.2	13.6	13.4	0.6	12.8	1.4
海老フライ	355	8.7	27.0	18.9	1.4	17.5	1.5
牡蠣フライ(3コ)	314	6.2	24.3	19.2	1.2	18.0	1.5
なすとほうれん草のおろし和え	69	2.5	4.5	6.7	3.7	3.0	1.6
<b>ライス、みそ汁、パン</b>							
みそ汁	25	1.9	0.8	2.7	0.9	1.8	1.9
ライス	281	4.5	0.5	66.8	0.5	66.3	0.0
ライス大盛り	406	6.5	0.8	96.5	0.8	95.7	0.0
少なめライス	156	2.5	0.3	37.1	0.3	36.8	0.0
石窯ブール	211	5.6	6.2	31.6	1.3	30.3	0.8
石窯ブール(ホイップバター除く)	173	5.5	2.0	31.5	1.3	30.2	0.7
黒米ともち麦ごはん(100g)	161	2.8	1.7	34.3	1.2	33.1	0.3
<b>デザート</b>							
キャラメルハニーパンケーキ(3枚)	557	12.8	18.3	85.4	2.2	83.2	2.0
キャラメルハニーパンケーキ(2枚)	431	9.3	15.7	63.2	1.6	61.6	1.3
チョコプリンパルフェ(ブルーベリーソース)	359	5.4	19.3	42.0	1.9	40.1	0.1
チョコプリンパルフェ(チョコソース)	359	5.7	19.7	41.3	2.1	39.2	0.1
ミニチョコサンデー	327	5.3	17.6	38.1	2.0	36.1	0.2
ニューヨークチーズケーキ	209	3.7	14.5	16.2	0.2	16.0	0.2
抹茶白玉ミニパルフェ	318	4.9	10.8	51.8	3.1	48.7	0.2
自家製フレンチトースト(4コ)	559	11.9	27.2	70.7	1.1	69.6	1.1
自家製ミニフレンチトースト(2コ)	316	5.9	13.6	45.4	0.6	44.8	0.5

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
パンケーキ（プレーン）	492	10.6	12.1	81.2	1.8	79.4	2.0
白玉あずき	119	2.1	3.3	20.6	0.8	19.8	0.1
葛まんじゅう	92	1.1	0.1	22.3	1.3	21.0	0.0
抹茶ブラウニー	249	3.7	13.9	28.4	1.9	26.5	0.1
DEVIL'S ブラウニーサンデー（ブルーベリーソース）	604	9.3	33.9	67.5	3.9	63.6	0.3
DEVIL'S ブラウニーサンデー（チョコソース）	605	9.7	34.5	67.5	4.1	63.4	0.3
ガトーショコラブラウニー	248	3.5	17.8	20.2	1.6	18.6	0.1
チョコプリン	71	1.7	3.1	8.9	0.3	8.6	0.1
バニラアイス	98	1.7	6.2	9.0	0.2	8.8	0.0
チョコアイス	91	1.8	5.0	10.0	0.7	9.3	0.1
抹茶アイス～京都府産宇治抹茶使用	73	1.6	2.8	10.8	0.8	10.0	0.0
【アプリ会員特典】 パースデーパンケーキ（大人）	520	11.0	20.3	74.2	2.7	71.5	1.3
<b>アルコール</b>							
角ハイボール	68	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0
メガ角ハイボール	137	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0
知多ハイボール	110	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0
翠 ジンソーダ	67	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
こだわり酒場 レモンサワー	61	0.0	0.0	1.2	0.0	1.2	0.1
サントリー・ザ・プレミアム・モルツ 生ビール	132	1.7	0.0	10.9	0.0	10.9	0.1
サントリー・ザ・プレミアム・モルツ 生ビール（大）	197	2.5	0.0	16.4	0.0	16.4	0.1
サントリー・ザ・プレミアム・モルツ 中ビン	235	3.0	0.0	19.5	0.0	19.5	0.1
サントリー・オールフリー	0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.3	0.1
ハウスワイン（グラス）赤	85	0.3	0.0	1.9	0.0	1.9	0.0
ハウスワイン（グラス）白	105	0.1	0.0	4.1	0.0	4.1	0.0
ワイン（デカンタ）（赤）	340	1.0	0.0	7.5	0.0	7.5	0.0
ワイン（デカンタ）（白）	420	0.5	0.0	16.5	0.0	16.5	0.0
<b>ドリンク（二番町店のみ販売）</b>							
アイスカフェラテ	74	3.6	3.8	6.0	0.0	6.0	0.1
カフェラテ	99	4.9	5.3	7.7	0.0	7.7	0.1
カプチーノ	87	4.3	4.6	6.8	0.0	6.8	0.1
ドリップ珈琲	6	0.3	0.0	1.1	0.0	1.1	0.0
アイスコーヒー	10	0.5	0.0	1.8	0.0	1.8	0.0
ダーズリン紅茶	3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0
アイ스티ー（アールグレイ）	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
宇治緑茶	6	0.6	0.0	0.6	0.0	0.6	0.0
宇治冷緑茶	4	0.4	0.0	0.4	0.0	0.4	0.0
アイスウーロン茶	0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
メロンソーダ	100	0.0	0.0	25.2	0.0	25.2	0.0
コカコーラ	89	0.0	0.0	22.5	0.0	22.5	0.0
カルピスソーダ	108	0.4	0.2	26.0	0.0	26.0	0.0
オレンジジュース	94	1.4	0.0	21.0	0.4	20.6	0.0
ミルク（ホットまたはアイス）	134	6.6	7.6	9.6	0.0	9.6	0.2
<b>ドリンクバー（ティーバッグ）</b>							
▼ティーバッグ1個を150ccのお湯で抽出した場合の栄養成分です							
セイロン	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
カフェインレスアールグレイ	3	0.0	0.0	0.8	0.0	0.8	0.0
オーガニックルイボスティ	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ダーズリン	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
アップルティー	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
ジャスミン	3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0
煎茶	3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2025年4月17日更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)	食塩相当量 (g)
ほうじ茶	0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
烏龍茶	0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
ローズ&ハイビスカス	3	0.2	0.2	0.9	0.2	0.8	0.0
カモミール&ペパーミント	2	0.2	0.2	0.5	0.2	0.3	0.2
阿蘇の健康茶	3	0.0	0.0	0.6	0.0	0.6	0.0
<b>ドリンクバー（定番）</b>							
▼1杯あたりの栄養成分です							
（ドリンクバー）アメリカン	6	0.3	0.0	1.1	0.0	1.1	0.0
（ドリンクバー）ブレンドコーヒー	5	0.2	0.0	0.8	0.0	0.8	0.0
（ドリンクバー）エスプレッソ	6	0.3	0.0	1.1	0.0	1.1	0.0
（ドリンクバー）アイスコーヒー	7	0.3	0.0	1.2	0.0	1.2	0.0
（ドリンクバー）カフェラテ	37	2.4	1.1	4.2	0.0	4.2	0.1
（ドリンクバー）カフェオレ	31	2.0	1.0	3.3	0.0	3.3	0.1
（ドリンクバー）アイスカフェラテ	30	1.9	0.9	3.5	0.0	3.5	0.1
（ドリンクバー）アイスカフェオレ	31	2.0	1.0	3.3	0.0	3.3	0.1
（ドリンクバー）抹茶ラテ（一部店舗のみ）	120	2.9	3.7	18.9	0.0	18.9	0.4
（ドリンクバー）アイス抹茶ラテ（一部店舗のみ）	139	3.0	4.2	22.6	0.0	22.6	0.4
（ドリンクバー）いちごミルク（一部店舗のみ）	71	2.0	1.9	11.6	0.0	11.6	0.3
（ドリンクバー）アイスいちごミルク（一部店舗のみ）	123	3.5	3.3	20.0	0.0	20.0	0.4
（ドリンクバー）ココア（一部店舗のみ）	78	1.8	1.9	13.8	0.7	13.1	0.2
（ドリンクバー）アイスココア（一部店舗のみ）	133	3.2	3.3	23.3	1.2	22.1	0.4
（ドリンクバー）ロイヤルミルクティ（一部店舗のみ）	84	2.4	3.3	11.3	0.0	11.3	0.1
（ドリンクバー）アイスロイヤルミルクティ（一部店舗のみ）	111	2.0	4.4	15.9	0.0	15.9	0.0
▼1杯200ccあたりの栄養成分です							
コカコーラ	89	0.0	0.0	22.5	0.0	22.5	0.0
紅茶花伝アールグレイティー	12	0.4	0.0	2.6	0.0	2.6	0.0
ファンタメロンソーダ	100	0.0	0.0	25.2	0.0	25.2	0.0
ファンタレモン	82	0.0	0.0	20.4	0.0	20.4	0.0
コカコーラゼロ	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ジンジャエール	74	0.0	0.0	18.0	0.0	18.0	0.0
オレンジ	88	0.2	0.2	21.4	0.0	21.4	0.0
カルピス	108	0.4	0.2	26.0	0.0	26.0	0.0
野菜と果物	58	0.0	0.0	14.4	0.0	14.4	0.2
煌ウーロン	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
炭酸	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
<b>その他</b>							
スティックシュガー	12	0.0	0.0	3.0	0.0	3.0	0.0
マイルドシロップ	22	0.0	0.0	5.6	0.0	5.6	0.0
コーヒークリーマー	8	0.1	0.8	0.1	0.0	0.1	0.0
たらマヨソース	93	2.7	8.2	1.6	0.0	1.6	1.2
タルタルソース	41	0.4	3.8	1.4	0.1	1.2	0.4
にんじンドレッシング	62	0.1	5.8	2.0	0.4	1.6	0.7
シーザーサラダドレッシング	130	0.7	12.8	2.3	0.0	2.3	1.0
コブドレッシング	107	0.3	10.1	3.3	0.1	3.2	1.0
レモンウェッジ2切れ	3	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0
ストロベリージャム	36	0.0	0.0	9.0	0.2	8.8	0.0
メープルタイプシロップ	74	0.0	0.0	20.0	0.0	20.0	0.0
ホイップバター	38	0.0	4.2	0.0	0.0	0.0	0.1
マヨソース	101	0.2	10.2	1.3	0.0	1.3	0.5
オリーブオイル	63	0.0	7.0	0.0	0.0	0.0	0.0
パルミジャーノ	24	1.5	2.1	0.0	0.0	0.0	0.1