・栄養成分一覧表・

新宿西口、赤坂駅前は対象外です。
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。

【 2026年11月1日 更新 】

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）
◆モーニング							
ホテルメッツ モーニング　※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	307	17.8	24.5	2.3	0.0	2.3	1.3
【ﾎﾃﾙﾒｯﾂ朝食】サニーサイドアップ	218	10.9	18.9	1.2	0.0	1.2	1.1
【ﾎﾃﾙﾒｯﾂ朝食】ターンオーバー	218	10.9	18.9	1.2	0.0	1.2	1.1
【ﾎﾃﾙﾒｯﾂ朝食】シーザーサラダ	117	4.2	9.3	4.2	0.7	3.5	1.2
【ﾎﾃﾙﾒｯﾂ朝食】焼き鮭	119	10.8	7.9	1.7	1.1	0.6	1.5
（セット）							
【ﾎﾃﾙﾒｯﾂ朝食】国産小麦のパンケーキセット　ヨーグルト付き	412	11.0	11.8	66.9	1.2	65.7	1.2
【ﾎﾃﾙﾒｯﾂ朝食】トーストセット　ヨーグルト付き	391	10.8	10.4	63.5	2.4	61.1	1.2
【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	393	12.0	17.9	46.0	1.7	44.3	1.5
【メッツタイプ】ごはん・みそ汁セット（納豆）	391	14.2	6.5	73.5	4.2	69.3	2.5
【メッツタイプ】ごはん・みそ汁セット（生たまご）	368	13.1	6.5	66.9	2.3	64.6	2.1
（専用）							
ミルクプリン	68	1.7	3.6	7.0	0.0	7.0	0.1
セレクト・グランドスラムモーニング							
（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）	354	18.2	28.8	3.8	0.3	3.5	1.6
サニーサイドアップモーニング（おこのみセット除く）	335	17.4	28.3	2.9	0.3	2.6	1.6
ベースドエッグモーニング（おこのみセット除く）	335	17.4	28.3	2.9	0.3	2.6	1.6
ターンオーバーモーニング（おこのみセット除く）	335	17.4	28.3	2.9	0.3	2.6	1.6
シーザーサラダモーニング（おこのみセット除く）	117	4.2	9.3	4.2	0.7	3.5	1.2
（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）	521	21.6	35.9	25.9	1.2	24.7	1.9
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）	502	20.9	35.5	25.1	1.2	23.9	1.9
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）	502	20.9	35.5	25.1	1.2	23.9	1.9
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）	502	20.9	35.5	25.1	1.2	23.9	1.9
デニーズの和朝食							
焼き鮭朝食（小鉢除く）	415	17.8	9.3	68.4	3.1	65.3	3.5
ベーコンエッグ朝食（小鉢除く）	448	15.5	13.8	68.1	2.0	66.1	2.7
海老と蒸し鶏のスープごはん	371	21.0	9.2	52.5	1.7	50.8	3.9
ふんわり卵ときのこの朝食（小鉢除く）	506	20.3	16.3	70.7	2.8	67.9	3.6
ふんわり卵ときのこの朝食～わかめうどん（小鉢除く）	754	26.8	16.8	125.6	4.7	120.9	8.1
朝食モーニング							
ローストポークサラダ　石窯ブール添え	155	5.0	6.8	17.7	1.0	16.7	0.8
おすすめモーニング							
デリーチキンカレー	692	23.4	26.9	91.8	3.1	88.7	2.5
月見わかめうどん	343	14.4	6.4	57.7	2.8	54.9	6.5
中華麺	470	20.1	14.8	65.3	3.4	61.9	7.3
ミニ中華麺	233	10.0	7.4	32.3	1.6	30.7	3.7
おろしハンバーグ朝食（小鉢除く）	586	25.1	20.0	80.2	4.8	75.4	4.2
ミートソース	465	18.0	14.3	66.1	4.8	61.3	3.8
ライトモーニング（おこのみセット除く）	207	9.9	17.0	2.8	0.3	2.5	1.2
トーストモーニング（サラダ）	368	8.3	12.6	55.2	2.7	52.5	1.4
トーストモーニング（ゆで卵）	392	14.0	13.4	53.9	2.4	51.5	1.3
グリルドチーズサンドモーニング（サラダ）	370	9.5	20.1	37.7	2.1	35.6	1.7
グリルドチーズサンドモーニング（ゆで卵）	395	15.2	20.9	36.4	1.7	34.7	1.6
自家製フレンチトースト（４コ）	530	11.8	26.2	65.8	1.1	64.7	1.1
おこのみセット・小鉢							
（セット）トーストセット	321	7.9	8.3	53.7	2.4	51.3	1.1
（セット）グリルドチーズサンドセット	324	9.1	15.8	36.2	1.7	34.5	1.4
（セット）ミニフレンチトーストセット	293	5.9	13.1	40.5	0.6	39.9	0.5
（セット）石窯ブールセット	211	5.6	6.2	31.6	1.3	30.3	0.8
（セット）国産小麦のパンケーキセット	342	8.0	9.7	57.1	1.2	55.9	1.1
（セット）ごはん・みそ汁セット	289	6.0	1.3	65.7	1.4	64.3	1.8
（セット）ごはん大盛り・みそ汁セット	414	8.0	1.6	95.4	1.7	93.7	1.8

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）ごはん少なめ・みそ汁セット	165	4.0	1.1	36.0	1.2	34.8	1.8
（セット）納豆つき　ごはん・みそ汁セット	383	13.2	6.4	72.5	3.3	69.2	2.5
（セット）納豆つき　ごはん大盛り・みそ汁セット	508	15.2	6.6	102.2	3.5	98.7	2.5
（セット）納豆つき　ごはん少なめ・みそ汁セット	259	11.2	6.1	42.8	3.1	39.7	2.5
（セット）ミニ牛カルビ丼・みそ汁セット	439	9.2	16.8	64.9	1.5	63.4	2.5
（セット）納豆つき　ミニ牛カルビ丼・みそ汁セット	533	16.4	21.8	71.7	3.4	68.3	3.2
（小鉢）納豆（たれ、からし付）	94	7.2	5.0	6.8	1.9	4.9	0.6
（小鉢）ミニサラダ	46	0.4	4.3	1.5	0.3	1.2	0.3
（小鉢）生たまご	71	6.1	5.1	0.2	0.0	0.2	0.2
D'sブランチ							
ブランチプレート	822	29.5	48.3	68.5	2.2	66.3	2.9
単品メニュー（モーニング専用）							
バナナ	101	1.2	0.2	24.5	1.2	23.3	0.0
ヨーグルト	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	60	1.4	1.2	11.5	0.7	10.8	0.0
たまご1コ（おこのみの焼き方で）ｻﾆｰｻｲﾄﾞｱｯﾌﾟ、ﾍﾞｰｽﾄﾞｴｯｸﾞ、両面焼き	109	6.1	9.3	0.2	0.0	0.2	0.3
たまご1コ（スクランブルエッグ）	118	6.5	9.5	0.6	0.0	0.6	0.3
ベーコン（１枚）	43	3.1	3.2	0.6	0.0	0.6	0.5
ソーセージ（１本）	67	1.8	6.5	0.4	0.0	0.4	0.3
生たまご	71	6.1	5.1	0.2	0.0	0.2	0.2
納豆（たれ、からし付）	94	7.2	5.0	6.8	1.9	4.9	0.6
焼き鮭	119	10.8	7.9	1.7	1.1	0.6	1.5
のり	7	1.0	0.1	1.0	0.6	0.4	0.1
トースト（ジャム、バターつき）	321	7.9	8.3	53.7	2.4	51.3	1.1
ミニ牛カルビ丼	414	7.5	16.0	62.3	0.6	61.7	0.7
◆ランチ							
昼デニセット							
●メイン							
デリーチキンカレー	692	23.4	26.9	91.8	3.1	88.7	2.5
北海道バターを使用した　たらこソース	363	18.7	7.0	56.5	3.2	53.3	3.4
とろ～り卵とチーズのオムライス	683	27.6	33.2	66.1	1.6	64.5	4.5
なすのミートソース	515	19.0	19.0	67.7	5.4	62.3	3.9
海老ドリア	496	16.3	22.3	59.0	1.7	57.3	2.4
唐揚げの彩りごはん～黒酢ソース	421	18.2	15.8	52.0	3.1	48.9	1.9
デミヒレカツ＆ミートソース	734	26.3	32.7	84.1	4.9	79.2	4.3
海老と小柱のトマトスパゲッティ	477	19.6	15.9	64.7	5.0	59.7	3.3
和風ペペたまベーコンスパゲッティ	580	21.2	28.7	57.2	3.6	53.6	3.6
和風ハンバーグ（ライス・みそ汁付き）	758	28.3	29.4	98.3	6.2	92.1	4.2
おろしハンバーグ（ライス・みそ汁付き）	680	26.8	22.9	95.2	6.6	88.6	4.4
煮込みハンバーグ～デミグラスソース　（ライス・みそ汁付き）	736	29.9	26.9	96.9	6.1	90.8	5.4
なすと香味野菜のハンバーグ（ライス・みそ汁付き）	715	26.2	29.2	91.9	6.1	85.8	4.9
グリルチキン～和風ソース（ライス・みそ汁付き）	758	36.5	28.8	89.7	4.5	85.2	3.9
ハンバーグ＆ハーフグリルチキン～選べるソース（ライス・みそ汁付き）	803	39.4	31.8	92.3	5.6	86.7	3.4
【選べるソース】おろしソース	18	0.7	0.1	4.3	1.3	3.0	1.3
【選べるソース】ガーリックソース	51	1.2	1.8	7.4	0.3	7.1	1.0
【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】デミグラスソース	49	2.0	2.5	4.6	0.4	4.2	1.1
油淋鶏＆おろしハンバーグ（ライス・みそ汁付き）	874	36.5	34.3	108.5	6.9	101.6	5.9
低温調理　厚切りローストポークステーキ（ライス・みそ汁付き）	704	35.5	30.6	75.7	3.5	72.2	4.8
低温調理でしっとり　贅沢カットローストポークステーキ（ライス・みそ汁付き）（一部店舗のみ）	746	38.9	33.6	75.7	3.2	72.5	5.5
●副食							
たらマヨポテト	386	6.2	22.9	37.6	1.7	35.9	1.8
ベーコンとほうれん草	146	6.0	12.5	4.1	3.3	0.8	2.2
オニオンスープ	75	1.1	3.5	9.9	1.0	8.9	1.3
コーンスープ	74	2.5	3.0	9.8	1.2	8.6	0.7
なすとほうれん草のおろし和え	68	2.5	4.5	6.5	3.8	2.7	1.7
自家製ミニフレンチトースト（２コ）	293	5.9	13.1	40.5	0.6	39.9	0.5

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）
ミニシーザーサラダ	107	2.7	9.1	3.6	0.6	3.0	1.0
グリーンミックスサラダ～選べるドレッシング	7	0.4	0.1	1.6	0.6	1.0	0.0
【選べるドレッシング】シーザードレッシング	87	0.4	8.5	1.6	0.0	1.5	0.7
【選べるドレッシング】にんじんドレッシング	24	0.1	1.9	1.5	0.3	1.2	0.4
【選べるドレッシング】国産野菜の焼きたまねぎドレッシング	37	0.3	3.4	1.3	0.1	1.2	0.6
ベーコンとブロッコリー～にんじんドレッシング	71	4.6	4.2	5.7	3.5	2.2	1.4
長崎県松浦港のアジフライ	179	6.7	13.9	7.2	1.1	6.1	0.2
白玉あずき	120	2.1	3.3	20.6	0.8	19.8	0.1
チョコバナナプレート	162	2.8	8.9	18.0	1.7	16.3	0.1
桃ソルベ	53	0.1	0.0	13.2	0.2	13.0	0.0
日替わりプレート							
トマトチキン＆ベーコンコーン	685	32.8	34.6	62.9	3.2	59.7	1.9
照りマヨチキン＆ベーコンブロッコリー	651	33.7	30.1	63.6	4.1	59.5	3.0
おろしハンバーグ＆ベーコンほうれん草	620	24.8	28.2	70.9	5.8	65.1	3.5
カレーハンバーグ＆ベーコンコーン	653	24.7	30.5	73.7	4.9	68.8	2.3
おろしチキン＆ミートペンネグラタン	682	36.9	27.6	73.2	4.2	69.0	3.3
麺類							
ベジ和えそば～１日に必要な野菜量が1/3摂れる	435	14.2	26.2	37.3	3.9	33.4	3.4
香油（シャンヨウ）和えそば～太白胡麻油使用	550	18.7	24.8	63.9	3.6	60.3	3.2
スパイスラーメン	638	22.5	26.1	81.7	6.6	75.1	6.9
麻辣湯麺～選べる麺	281	12.9	17.8	19.0	3.6	15.4	7.5
【選べる麺】中華麺	294	10.6	1.6	60.4	2.4	58.0	0.2
【選べる麺】うどん	225	5.9	0.7	49.1	2.3	46.8	0.6
【選べる麺】マロニー	227	0.1	0.1	56.4	0.7	55.7	0.1
ミニごはんと唐揚げ2コセット	334	12.0	9.3	52.3	0.4	51.9	0.5
◆おこさま							
おこさま							
おこさまカレー（ゼリーつき）	264	5.7	6.5	46.9	1.5	45.4	1.6
おこさまランチ（ゼリーつき）	555	14.7	23.1	74.3	3.3	71.0	1.9
おこさまラーメン（ゼリーつき）	252	10.0	7.4	37.3	1.6	35.7	3.7
おこさまうどん（ゼリーつき）	284	8.8	2.0	58.6	2.9	55.7	3.3
おこさまオムライス（ゼリーつき）	337	12.3	15.4	36.4	0.7	35.7	1.9
おこさまハンバーガー（ゼリーつき）	526	15.4	25.1	61.2	3.4	57.8	2.0
おこさまパンケーキ（ゼリーつき）	330	3.9	9.8	58.1	0.5	57.6	0.9
ベビーフード～しらすの雑炊	34	0.9	0.2	7.2	0.2	7.0	0.2
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	472	10.2	21.2	60.9	1.8	59.1	1.1
【おこさま販促】赤ぶどうゼリー	47	0.8	0.1	11.2	0.1	11.1	0.0
【おこさま販促】バニラアイス	82	1.4	5.2	7.5	0.2	7.3	0.0
低アレルゲンメニュー　※二番町店では、販売しておりません。							
低アレルゲンプレート	425	13.3	16.1	59.8	2.7	57.1	2.0
低アレルゲンバーガープレート	428	12.9	18.4	55.1	3.0	52.1	2.5
低アレルゲンケーキ	121	1.1	3.2	22.2	0.4	21.8	0.2
おこさまドリンク　◎二番町店のみ取り扱っております。							
おこさまオレンジジュース ◎	68	1.1	0.0	15.8	0.3	15.5	0.0
おこさまミルク ◎	69	4.7	2.4	6.9	0.0	6.9	0.2
おこさまカルピス◎	65	0.2	0.1	15.6	0.0	15.6	0.0
りんごジュース	40	0.1	0.0	10.9	0.0	10.9	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
◆フェアメニュー							
飯田商店							
味噌らぁ麺・改～五重の味噌	1063	47.8	53.7	95.9	10.4	85.5	9.2
味噌チャーシューらぁ麺・改～五重の味噌	1455	65.1	87.4	101.3	11.5	89.8	12.0
辛味噌らぁ麺	956	37.4	45.7	96.3	10.5	85.8	6.8
辛味噌チャーシューらぁ麺	1348	54.7	79.4	101.7	11.6	90.1	9.6
焼き餃子2個～柚子胡椒＆胡麻油	295	5.4	22.2	17.5	0.8	16.7	0.9
麻婆牡蠣＆豆腐	259	6.7	21.0	11.3	1.3	10.0	1.4
ニラともやしのシャキシャキ焼き～チャーシュー添え	286	8.6	24.1	11.5	4.3	7.2	2.8

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）
ミニごはん	187	3.0	0.4	44.5	0.4	44.1	0.0
季節のデザート							
蜜いものザ・サンデー～紅天使使用	736	9.5	24.9	123.0	5.7	117.3	0.6
蜜いものパルフェ	345	4.1	11.9	57.9	2.3	55.6	0.3
蜜いものちょこっとパルフェ	281	3.6	11.1	43.1	2.3	40.8	0.3
蜜いものちょこっとすぎるみたらしパルフェ	137	1.8	3.8	25.2	1.4	23.8	0.1
蜜いものブリュレパンケーキ	935	21.1	33.9	139.9	5.5	134.4	2.5
蜜いものキャラメリゼ～バニラアイス添え	134	1.7	3.5	25.7	2.0	23.7	0.0
さつまいもアイスとあずきの白蜜ゼリー	132	1.1	0.7	31.0	1.0	30.0	0.1
おいもプリン	116	1.7	5.2	15.8	0.0	15.8	0.1
【ダイヤモンド会員】あずきとカスタードのフレンチトースト	439	8.7	21.3	56.0	2.4	53.6	0.7
蜜いものまっぷたつ？パフェ（一部店舗のみ）	386	3.9	12.6	67.7	4.1	63.6	0.3
完全メシメニュー							
完全メシ　ジャンバラヤ	497	22.4	15.2	75.3	11.0	64.3	2.9
完全メシ　海老グラタン	466	23.1	11.3	71.9	6.7	65.2	2.5
完全メシ　トムヤムクンのスープごはん	453	18.1	12.1	70.7	6.4	64.3	2.9
店舗限定フェアメニュー							
駿河湾産釜揚げしらす丼＆なすとほうれん草のおろし和え・みそ汁セット	443	16.8	6.5	84.7	5.6	79.1	4.5
駿河湾産釜揚げしらす丼＆なすとほうれん草のおろし和え・うどんセット	762	29.4	12.1	139.8	7.5	132.3	9.2
◆グランドメニュー							
パン							
アメリカンクラブハウスサンド	884	35.9	43.6	85.2	4.4	80.8	4.5
グリルドチーズサンド	324	9.1	15.8	36.2	1.7	34.5	1.4
D’ｓアメリカンデラックスプレート	1643	66.7	87.1	154.2	4.7	149.5	6.7
パスタ・ドリア・グラタン							
ミートソース	465	18.0	14.3	66.1	4.8	61.3	3.8
なすのミートソース	515	19.0	19.0	67.7	5.4	62.3	3.9
北海道バターを使用した　たらこソース	363	18.7	7.0	56.5	3.2	53.3	3.4
海老とアボカド　たらこソース	420	22.0	11.5	58.2	4.4	53.8	3.6
ブロッコリーとアボカドのジェノベーゼ	630	15.1	37.4	59.3	6.5	52.8	3.3
蟹と海老のペペロンチーノ	401	19.7	10.3	57.1	3.2	53.9	2.7
生ハムとベーコンのカルボナーラ	548	21.8	23.8	60.6	2.9	57.7	3.9
海老ドリア	496	16.3	22.3	59.0	1.7	57.3	2.4
ハンバーグカレードリア	769	30.8	35.5	84.3	4.0	80.3	4.1
【トッピング】チェダーチーズ１枚	51	2.8	4.3	0.4	0.0	0.4	0.4
鉄板ナポリタン～オールスター　※一部店舗で販売	1211	61.2	61.7	104.9	7.4	97.5	7.2
鉄板ナポリタン～カットステーキ　※一部店舗で販売	933	42.9	43.1	94.8	5.4	89.4	6.3
鉄板ナポリタン～ハンバーグ　※一部店舗で販売	1121	50.0	56.2	104.6	7.4	97.2	6.7
ライスプレート							
ジャンバラヤ	388	7.8	10.2	66.4	1.0	65.4	1.8
グリルチキンのジャンバラヤ	691	30.0	32.4	70.4	1.4	69.0	3.4
グリルチキンの大盛りジャンバラヤ	885	33.9	37.5	103.6	1.9	101.7	4.3
特製ケチャップのオムライス	698	26.6	34.5	68.0	2.0	66.0	4.7
特製ケチャップのオムライス＆唐揚げ	845	35.7	43.4	75.8	2.0	73.8	5.2
とろ～り卵とチーズのオムライス	683	27.6	33.2	66.1	1.6	64.5	4.5
とろ～り卵とチーズのオムライス＆唐揚げ	830	36.7	42.1	74.0	1.6	72.4	5.0
ミニオムライス	319	12.3	15.4	31.5	0.7	30.8	1.8
サラダごはん～ガパオ・ガイ	618	27.5	27.9	68.0	1.1	66.9	3.0
和食・丼							
海老と蒸し鶏のスープごはん	371	21.0	9.2	52.5	1.7	50.8	3.9
麺							
胡麻香る四川風担々麺～選べる麺	747	23.4	66.0	14.7	5.7	9.0	7.1
麻辣湯麺～選べる麺	281	12.9	17.8	19.0	3.6	15.4	7.5
スパイスラーメン～選べる麺	344	11.9	24.5	21.3	4.2	17.1	6.7
【選べる麺】中華麺	294	10.6	1.6	60.4	2.4	58.0	0.2
【選べる麺】うどん	225	5.9	0.7	49.1	2.3	46.8	0.6
【選べる麺】マロニー	227	0.1	0.1	56.4	0.7	55.7	0.1
中華麺	470	20.1	14.8	65.3	3.4	61.9	7.3
ミニ中華麺	233	10.0	7.4	32.3	1.6	30.7	3.7
月見わかめうどん	343	14.4	6.4	57.7	2.8	54.9	6.5
ベジ和えそば～１日に必要な野菜量が1/3摂れる	435	14.2	26.2	37.3	3.9	33.4	3.4
香油（シャンヨウ）和えそば～太白胡麻油使用	550	18.7	24.8	63.9	3.6	60.3	3.2

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）
ミニごはんと唐揚げ2コセット	334	12.0	9.3	52.3	0.4	51.9	0.5
▼トッピング（下記にない場合は、「追加増量ソース等」からご参照ください							
辛味オイル	80	0.3	8.2	1.2	0.5	0.7	0.0
ゆで卵	36	3.1	2.6	0.1	0.0	0.1	0.1
スチームチキン	18	3.6	0.3	0.1	0.0	0.1	0.2
レモン	3	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0
ミックスチーズ	50	3.3	3.9	0.4	0.2	0.3	0.3
きくらげ	4	0.2	0.0	1.4	1.1	0.3	0.0
海老	11	2.3	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1
ほうれん草	7	0.9	0.1	1.0	1.0	0.0	0.4
白髪ねぎ	7	0.3	0.0	1.7	0.5	1.2	0.0
納豆	94	7.2	5.0	6.8	1.9	4.9	0.6
追加パクチー	1	0.1	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0
ソーセージ（１本）	67	1.8	6.5	0.4	0.0	0.4	0.3
パオズ	114	2.7	2.7	19.6	0.0	19.6	0.1
海老ぎょうざ	69	2.3	3.0	8.5	0.0	8.5	0.3
合挽きハンバーグ							
きのこデミ煮込みハンバーグ	451	24.7	25.7	31.7	5.5	26.2	3.6
和風ハンバーグ	469	22.3	28.1	32.6	4.8	27.8	2.3
グラタン風ハンバーグ～トリュフソース	547	27.8	32.4	37.3	4.3	33.0	3.6
なすと香味野菜のハンバーグ	426	20.2	27.8	26.2	4.7	21.5	3.0
あめいろたまねぎソースのスープハンバーグ	554	30.4	35.2	30.3	5.0	25.3	4.2
おろしハンバーグ	390	20.8	21.5	29.4	5.1	24.3	2.4
おろしハンバーグ＆ハーフチキングリル	538	34.4	30.5	32.2	5.6	26.6	3.4
おろしハンバーグ＆BEEFハンバーグステーキ	555	35.3	30.6	38.0	5.9	32.1	3.8
油淋鶏＆おろしハンバーグ	585	30.5	33.0	42.8	5.4	37.4	4.1
麻辣土鍋ハンバーグ	634	26.4	48.5	25.0	4.5	20.5	3.4
Beef ハンバーグ							
BEEFハンバーグステーキ[約200g]～選べるソース	407	30.1	20.9	28.2	2.7	25.5	1.6
BEEFハンバーグステーキ[約100g]～選べるソース	254	16.0	11.9	22.4	2.4	20.0	0.9
BEEFハンバーグステーキ＆チキングリル	525	42.4	29.8	22.4	2.4	20.0	1.6
追加トッピング							
長崎県松浦港のアジフライ　1個	173	6.3	13.9	5.7	0.6	5.1	0.2
海老フライ１本	130	3.9	9.5	7.4	0.4	7.0	0.4
鶏唐揚げ２コ	147	9.0	8.9	7.8	0.0	7.8	0.5
チェダーチーズ１枚	51	2.8	4.3	0.4	0.0	0.4	0.4
牡蠣フライ２個	221	3.9	18.0	11.7	0.1	11.6	1.0
三元豚のヒレカツ　1個	136	4.6	9.1	9.1	0.3	8.8	0.3
牛肉・その他肉							
サーロインステーキ160ｇ～選べるソース	538	29.8	40.8	17.3	2.2	15.1	1.3
カットステーキ～選べるソース	281	24.3	13.9	17.1	2.2	14.9	1.3
Wカットステーキ～選べるソース	460	46.6	24.9	17.6	2.2	15.4	2.3
ビーフシチュー	602	23.0	41.5	34.4	3.7	30.7	2.9
たっぷりお肉の土鍋ビーフシチュー	1078	41.7	80.8	46.6	4.1	42.5	5.5
香味野菜と生姜の油淋鶏	451	24.6	24.7	34.1	1.8	32.3	3.1
グリルチキン～和風ソース	468	30.5	27.4	24.0	3.1	20.9	2.0
グリルチキン～醤油バターソース	469	29.3	29.1	21.8	3.2	18.6	2.3
低温調理　厚切りローストポークステーキ	414	29.5	29.2	10.0	2.1	7.9	3.0
低温調理でしっとり　贅沢カットローストポークステーキ（一部店舗のみ）	456	32.9	32.3	10.0	1.8	8.2	3.7
国産豚のしゃぶしゃぶ～選べるソース	235	21.2	16.2	3.7	1.2	2.5	0.1
【豚しゃぶ用ソース】おろしソース	27	1.2	0.1	5.5	0.5	5.0	2.7
【豚しゃぶ用ソース】油淋ソース	64	1.0	2.3	10.0	0.1	9.9	1.9
おこのみチョイス							
●選べるメイン							
BEEFハンバーグステーキ[約100g]～選べるソース	153	14.1	9.0	5.8	0.3	5.5	0.7
合挽ハンバーグ～選べるソース	278	18.3	18.6	10.1	2.0	8.1	1.0
グリルチキン～選べるソース	271	26.4	17.9	0.0	0.0	0.0	0.7
カットステーキ～選べるソース	180	22.4	11.0	0.5	0.0	0.5	1.0
●選べる付け合わせ							
生ハムシーザーサラダ	135	4.6	9.4	9.0	1.6	7.4	1.2
焼き野菜～ジェノベーゼソース	157	3.0	10.1	16.0	4.0	12.0	1.4
温野菜～にんじんドレッシング	100	2.9	3.2	17.3	4.2	13.1	1.5

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）
選べるソース（Beefハンバーグ、肉、おこのみチョイスでお選びいただけます）※BEEFハンバーグステーキ＆チキングリル、Wカットステーキは、ソース量が2倍です							
【選べるソース】おろしソース	18	0.7	0.1	4.3	1.3	3.0	1.3
【選べるソース】ガーリックソース	51	1.2	1.8	7.4	0.3	7.1	1.0
【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】デミグラスソース	49	2.0	2.5	4.6	0.4	4.2	1.1
サラダ							
生ハムサラダ～選べるドレッシング	27	3.4	0.5	2.6	0.7	1.9	0.6
アボカドとなすのサラダ～選べるドレッシング	44	0.8	3.7	3.6	1.5	2.1	0.1
グリーンミックスサラダ～選べるドレッシング	7	0.4	0.1	1.6	0.6	1.0	0.0
【選べるドレッシング】シーザードレッシング	87	0.4	8.5	1.6	0.0	1.5	0.7
【選べるドレッシング】にんじんドレッシング	24	0.1	1.9	1.5	0.3	1.2	0.4
【選べるドレッシング】国産野菜の焼きたまねぎドレッシング	37	0.3	3.4	1.3	0.1	1.2	0.6
ポテトとジェノベーゼのサラダ	209	4.7	15.9	11.8	1.7	10.1	1.2
サイドメニュー							
ニラともやしのシャキシャキ焼き	207	5.2	17.3	10.5	4.0	6.5	2.2
オニオングラタンスープ～淡路産たまねぎ使用	150	5.2	7.7	14.8	1.3	13.5	1.6
コーンスープ	74	2.5	3.0	9.8	1.2	8.6	0.7
たらマヨポテト	386	6.2	22.9	37.6	1.7	35.9	1.8
生ハム＆ローストポーク	104	9.3	6.9	1.4	0.1	1.3	1.3
フライドポテト	293	3.5	14.7	36.0	1.7	34.3	0.6
（クーポン）山盛りフライドポテト	586	6.9	29.4	72.0	3.3	68.7	1.2
シャカシャカポテト（バター醤油）	301	3.8	14.8	37.5	1.7	35.8	1.2
ベーコンとほうれん草	146	6.0	12.5	4.1	3.3	0.8	2.2
三元豚のヒレカツ	274	9.4	18.2	19.0	0.6	18.4	0.6
鶏唐揚げ	223	13.6	13.4	12.5	0.1	12.4	0.7
海老フライ	263	7.8	18.9	15.5	0.8	14.7	0.8
長崎県松浦港のアジフライ	348	12.8	27.7	12.1	1.3	10.8	0.4
なすとほうれん草のおろし和え	68	2.5	4.5	6.5	3.8	2.7	1.7
ベーコンとブロッコリー～にんじんドレッシング	71	4.6	4.2	5.7	3.5	2.2	1.4
ほうれん草とチーズのオムレツ	294	18.5	21.9	4.2	1.0	3.2	1.5
野菜とポテトのミートチーズ焼き	258	12.2	15.1	19.1	4.2	14.9	1.8
ミニシーザーサラダ	107	2.7	9.1	3.6	0.6	3.0	1.0
牡蠣フライ3個	295	5.7	23.2	17.5	0.2	17.3	1.3
ライス、みそ汁、パン							
みそ汁	24	1.8	0.8	2.6	0.9	1.7	1.8
ライス	265	4.3	0.5	63.1	0.5	62.6	0.0
ライス大盛り	390	6.3	0.8	92.8	0.8	92.0	0.0
少なめライス	140	2.3	0.3	33.4	0.3	33.1	0.0
ライス＆みそ汁	289	6.0	1.3	65.7	1.4	64.3	1.8
ライス大盛り＆みそ汁	414	8.0	1.6	95.4	1.7	93.7	1.8
少なめライス＆みそ汁	165	4.0	1.1	36.0	1.2	34.8	1.8
少なめ黒米ともち麦ごはん（90g）	148	2.6	1.6	29.8	1.1	28.7	0.2
少なめ黒米ともち麦ごはん&みそ汁（90g）	172	4.4	2.4	32.4	2.0	30.4	2.0
黒米ともち麦ごはん（180g）	295	5.2	3.2	59.6	2.2	57.4	0.4
黒米ともち麦ごはん&みそ汁（180g）	319	7.0	4.1	62.2	3.1	59.1	2.2
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
デザート							
キャラメルハニーパンケーキ（3枚）	550	14.2	18.8	81.8	2.2	79.6	1.6
キャラメルハニーパンケーキ（2枚）	426	10.2	16.0	60.8	1.6	59.2	1.1
タワーパンケーキ～国産小麦粉きたほなみ使用	1553	34.2	66.6	207.3	5.9	201.4	4.5
ガーデンパンケーキハーフ～国産小麦粉きたほなみ使用	400	7.9	16.7	55.3	1.5	53.8	0.8
ガーデンパンケーキ～国産小麦粉きたほなみ使用	774	15.9	33.4	103.7	2.9	100.8	1.7
チョコプリンパルフェ	356	5.6	19.4	41.2	2.8	38.4	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	188	2.9	12.7	15.6	0.4	15.2	0.2
和み抹茶ミニパルフェ	316	4.9	11.7	49.0	2.4	46.6	0.2
自家製フレンチトースト（４コ）	530	11.8	26.2	65.8	1.1	64.7	1.1
自家製ミニフレンチトースト（２コ）	293	5.9	13.1	40.5	0.6	39.9	0.5
国産小麦のパンケーキ	466	12.0	12.5	78.1	1.8	76.3	1.6

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）
白玉あずき	120	2.1	3.3	20.6	0.8	19.8	0.1
抹茶ブラウニー～宇治抹茶使用	240	3.1	13.6	27.1	0.9	26.2	0.1
抹茶白玉のブラウニーサンデー	620	9.1	26.2	89.9	4.8	85.1	0.5
ミニミニフレンチトースト　バニラ	234	4.0	13.4	25.6	0.4	25.2	0.3
ミニミニフレンチトースト　チョコ	230	4.0	12.8	26.2	0.6	25.6	0.3
ティラミス	201	4.0	13.7	16.2	1.1	15.1	0.1
DEVIL'S　ブラウニーサンデー	599	9.6	34.2	66.5	4.9	61.6	0.3
ガトーショコラブラウニー	246	3.5	17.7	20.0	1.6	18.4	0.1
アサイーヨーグルト	202	4.1	6.2	34.1	3.1	31.0	0.1
チョコプリン	71	1.7	3.1	8.9	1.1	7.8	0.1
こだわりアイス（チョコアイス）	91	1.8	5.0	10.0	0.7	9.3	0.1
こだわりアイス（バニラアイス）	98	1.7	6.2	9.0	0.2	8.8	0.0
こだわりアイス（抹茶アイス）	73	1.6	2.8	10.8	0.8	10.0	0.0
こだわりアイス（桃ソルベ）	53	0.1	0.0	13.2	0.2	13.0	0.0
葛まんじゅう	92	1.1	0.1	22.3	1.3	21.0	0.0
チョコのまっぷたつ？パフェ（一部店舗のみ）	333	4.3	21.3	32.4	1.8	30.6	0.1
【アプリ会員クーポン】バースデーパンケーキ	452	10.9	15.0	69.9	2.6	67.3	1.1
追加増量ソース等							
オリーブオイル	63	0.0	7.0	0.0	0.0	0.0	0.0
パウダーチーズ	23	2.1	1.5	0.1	0.0	0.1	0.1
たらマヨソース	47	1.4	4.1	0.8	0.0	0.8	0.6
にんじんドレッシング	36	0.2	2.9	2.2	0.4	1.8	0.6
シーザードレッシング	130	0.7	12.8	2.3	0.0	2.3	1.0
国産野菜の焼きたまねぎドレッシング	74	0.7	6.8	2.6	0.2	2.3	1.2
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	56	0.0	0.0	15.2	0.0	15.2	0.0
ホイップバター	38	0.0	4.2	0.0	0.0	0.0	0.1
はちみつ	50	0.0	0.0	12.5	0.0	12.5	0.0
キャラメルソース	43	0.6	1.5	6.8	0.0	6.8	0.1
チョコソース	18	0.4	0.5	3.9	0.5	3.4	0.0
ホイップクリーム	81	0.4	7.4	3.2	0.0	3.2	0.0
マヨソース	101	0.2	10.2	1.3	0.0	1.3	0.5
タルタルソース（２０g）	78	0.5	7.6	1.7	0.1	1.6	0.4
トマトケチャップ（1パック）	10	0.1	0.0	2.2	0.1	2.1	0.3
ソース（１０g）	13	0.1	0.0	3.1	0.1	3.0	0.6
しょうゆ（１０g）	7	0.8	0.0	0.9	0.1	0.8	1.4
ビネガー（１０g）	3	0.0	0.0	0.4	0.0	0.4	0.0
パルメザンチーズ（１０g）	52	4.5	3.7	0.2	0.0	0.2	0.2
タバスコ（１０g）	2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.0	0.2
ブラックペッパー（ミル1回）	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
アルコール							
サントリー・ザ・プレミアム・モルツ　生ビール	132	1.7	0.0	10.4	0.0	10.4	0.0
サントリー・ザ・プレミアム・モルツ　生ビール（大）	197	2.5	0.0	15.5	0.0	15.5	0.0
サントリー・ザ・プレミアム・モルツ　中ビン（500ｍｌ）	235	3.0	0.0	18.5	0.0	18.5	0.0
サントリー・オールフリー（334ｍｌ）	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	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）	104	0.1	0.0	2.8	0.0	2.8	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）	415	0.5	0.0	11.0	0.0	11.0	0.0
角ハイボール	71	0.0	0.0	1.2	0.0	1.2	0.0
メガ角ハイボール	142	0.0	0.0	2.4	0.0	2.4	0.0
こだわり酒場 レモンサワー	60	0.0	0.0	1.2	0.0	1.2	0.1
翠 ジンソーダ	67	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
知多ハイボール	104	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0
ドリンク（二番町店のみ販売）							
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	8	0.4	0.0	1.4	0.0	1.4	0.0
ダージリン紅茶	3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0
アイスティー(ｱｰﾙｸﾞﾚｰ)	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
宇治煎茶	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	0.0	0.0	0.0	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

メニューは店舗や時期によって異なるため、一部、販売を終了している商品や、
お取り扱いのない商品が掲載されている場合がございます。 あらかじめご了承ください。

【 2026年11月1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）
カフェラテ	70	4.6	2.2	7.4	0.0	7.4	0.1
アイスカフェラテ	53	3.4	1.6	5.8	0.0	5.8	0.1
カプチーノ	62	4.1	2.0	6.6	0.0	6.6	0.1
ミルク（ホット・アイス）	92	6.2	3.2	9.2	0.0	9.2	0.2
オレンジジュース	90	1.4	0.0	21.0	0.4	20.6	0.0
ドリンクバー（ティーバッグ）							
▼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	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
オーガニックルイボスティー	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ダージリン	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
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
ジェットブリュー（カフェインレス）	6	0.3	0.0	1.1	0.0	1.1	0.0
栗キャラメル	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
はちみつレモン▪	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
りんごキャラメル	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
日向夏柚子	2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0
ドリンクバー（定番）							
▼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	0.8	3.5	0.0	3.5	0.1
（ドリンクバー）アイスカフェオレ	27	1.8	0.8	2.9	0.0	2.9	0.1
（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	3.2	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	3.2	11.3	0.0	11.3	0.2
（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	0.2
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
コーヒークリーミー	8	0.1	0.8	0.1	0.0	0.1	0.0
ジャスミン茶（一部店舗のみ）	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ルイボスティー（一部店舗のみ）	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
黒豆茶（一部店舗のみ）	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
抹茶入り緑茶（一部店舗のみ）	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
柚子はちみつ（一部店舗のみ）	14	0.0	0.0	3.6	0.0	3.6	0.0
ざくろ（一部店舗のみ）	16	0.0	0.0	3.8	0.0	3.8	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
煌ウーロン	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
アップル	96	0.4	0.2	22.9	0.0	22.9	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
炭酸	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
スープバー（店舗限定）							
洋風わかめスープ　（レードル1杯　約150cc）	4	0.2	0.0	0.6	0.0	0.6	1.3
洋風スープ　（レードル1杯　約150cc）	3	0.2	0.0	0.6	0.0	0.6	1.3
洋風たまごスープ　（レードル1杯　約150cc）	6	0.4	0.2	0.6	0.0	0.6	1.3