

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	ナトリウム mg	食塩相当量 g
2018/10/10～キャンペーン商品						
【サンドイッチ】 ※サンドイッチの栄養成分値は、サイズがレギュラー、パン・ドレッシング・野菜が各サンドイッチおすすめの場合です。						
チキンメルト	407	25.1	15.8	41.0	917	2.3
ベーコンチキンメルト	455	28.2	19.4	41.1	997	2.5
2018/10/17～キャンペーン商品						
【サイドメニュー】						
コクウまクラムチャウダー	114	6.6	1.6	18.2	550	1.4
【サンドイッチ】 ※サンドイッチの栄養成分値は、サイズがレギュラー、パン・ドレッシング・野菜が各サンドイッチおすすめの場合です。						
ツナ	342	14.2	15.3	36.9	627	1.6
生ハム&マスカルポーネ	328	15.7	11.6	41.4	968	2.5
チーズローストチキン	337	19.7	10.5	42.1	876	2.2
えびアボカド	347	11.8	14.6	42.3	693	1.7
BLT	334	13.2	13.5	40.6	702	1.8
ローストビーフ	303	15.6	9.8	37.3	903	2.3
てり焼きチキン	352	16.2	10.7	48.0	1005	2.6
ターキーブレスト	264	15.7	4.2	41.4	809	2.0
ローストチキン	287	18.2	4.6	44.5	823	2.1
たまご	343	12.0	15.8	38.6	1060	2.7
アボカドベジ	324	8.2	7.6	42.5	567	1.5
ベジ&チーズ	281	10.9	9.7	38.5	617	1.6
ターキーベーコンエッグ	355	16.3	14.8	40.1	998	2.6
ベジデライト	217	7.5	4.8	37.1	569	1.5
チリチキン	279	20.3	4.5	39.9	1031	2.6
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	ナトリウム mg	食塩相当量 g
【サラダ】 ※サラダにはドレッシングの栄養成分値は含まれておりません。						
ツナ	169	8.8	11.1	17.1	311	0.8
生ハム&マスカルポーネ	134	9.4	7.0	16.8	561	1.5
チーズローストチキン	167	13.6	8.3	17.9	523	1.4
えびアボカド	135	6.1	7.1	20.1	237	0.6
BLT	129	7.3	7.3	16.4	253	0.7
ローストビーフ	150	10.7	7.4	17.4	497	1.3
てり焼きチキン	184	10.7	7.3	26.5	601	1.5
ターキーブレスト	84	10.6	0.4	18.1	458	1.2
ローストチキン	103	11.9	2.2	17.3	322	0.9
たまご	193	7.1	13.9	18.2	543	1.4
アボカドベジ	119	1.8	0.3	15.7	29	0.1
ベジ&チーズ	91	5.2	4.5	15.9	142	0.4
ターキーベーコンエッグ	162	10.5	9.0	18.2	540	1.4
ベジデライト	39	1.8	0.3	15.7	29	0.1
チリチキン	109	15.3	1.0	18.4	593	1.5
【ピザ】 ※ピザ(パンがフラットブレッド)の栄養成分値です。						
サラミチーズ	413	18.4	17.1	47.0	859	2.2
えびバジル	454	21.3	21.7	43.6	850	2.2
【ホットドッグ】 ※ホットドッグ(パンがホワイト)の栄養成分値です。						
サルサドッグ	352	13.0	16.2	38.7	953	2.4
チーズドッグ	403	14.5	22.3	36.2	924	2.4
プレーンドッグ	348	12.9	16.2	37.7	833	2.1
【モーニングメニュー】 ※サンドイッチ(パンがホワイト)の栄養成分値です。						
オムレツ&ベーコン	185	8.4	7.1	21.1	447	1.1
ツナ&チーズ	184	8.5	8.6	18.5	370	0.9
クラブハウスサンド	245	12.7	12.6	20.1	677	1.7

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	ナトリウム mg	食塩相当量 g	
【キッズセット】 ※サンドイッチ(パンがホワイト)の栄養成分値です。							
ツナ	155	6.7	6.4	17.9	308	0.8	
たまご	187	5.9	10.3	17.8	538	1.3	
てり焼きチキン	177	7.8	5.4	24.0	561	1.4	
キッズ用ゼリー	22	0.0	0.0	6.0	13	0.0	
【パン】 ※レギュラーサイズの栄養成分値です。							
ウィート	180	6.4	2.1	33.8	339	0.9	
ホワイト	179	6.3	2.1	33.6	344	0.9	
セサミ	196	7.1	4.5	34.2	344	0.9	
ハニーオーツ	190	7.0	2.3	36.7	356	0.9	
フラットブレッド	227	7.5	4.9	38.7	334	0.9	
【トッピング】							
ナチュラルスライスチーズ	50	3.4	3.9	0.8	94	0.2	
クリームタイプチーズ	64	1.6	6.1	0.7	192	0.5	
マスカルポーネチーズ	51	0.4	5.2	0.7	6	0.0	
えび	16	3.6	0.1	0.0	48	0.1	
アボカド	78	0.8	6.3	4.6	186	0.5	
たまご	97	3.0	9.1	0.6	223	0.6	
ベーコン	48	3.2	3.6	0.2	80	0.2	
ツナ	67	3.4	5.6	0.8	180	0.5	
ローストビーフ	86	11.9	3.8	0.9	290	0.7	
生ハム	44	7.1	1.5	0.6	480	1.2	
ローストチキン	64	10.1	2.0	1.6	293	0.8	
てり焼きチキン	157	9.0	7.0	13.4	642	1.6	
チキンプレスト	58	8.7	0.6	4.5	479	1.2	
ターキープレスト	44	8.7	0.4	1.4	552	1.4	
チリチキン	80	13.8	0.8	5.1	565	1.4	
BLT	ベーコン	48	3.2	3.6	0.2	80	0.2
	サラミ風セミドライソーセージ	35	1.7	2.9	0.6	132	0.3
	パルメザンチーズ	8	0.7	0.6	0.0	13	0.0
シュレッドチーズ(2色)	54	3.3	4.4	0.3	89	0.2	
【ドレッシング】							
オイル&ビネガー 塩こしょう	24	0.0	2.5	0.1	202	0.5	
シーザードレッシング	39	0.3	3.9	0.7	130	0.3	
野菜クリーミードレッシング	35	0.1	3.2	1.2	141	0.4	
わさび醤油ソース	6	0.1	0.5	0.4	96	0.2	
バジルソース	24	0.1	2.4	0.4	53	0.1	
バルサミコソース	29	0.1	2.0	2.9	39	0.1	
マヨネーズタイプ	16	0.1	1.5	0.4	63	0.2	
ハニーマスタードソース	15	0.2	0.2	3.1	160	0.4	
チリソース(激辛)	3	0.1	0.0	0.8	86	0.2	
ホットペッパー(激辛)	1	0.0	0.0	0.1	42	0.1	
マスタード	4	0.2	0.2	0.4	70	0.2	
ランチドレッシング	83	0.3	8.4	1.1	146	0.4	
【サイドメニュー】							
コロコロポテト オリジナル(S)	158	2.3	5.9	23.7	245	0.6	
コロコロポテト オリジナル(M)	280	4.2	10.6	42.1	435	1.1	
コロコロポテト ハーブソルト(S)	161	2.4	6.0	24.4	484	1.2	
コロコロポテト ハーブソルト(M)	287	4.4	10.6	43.4	913	2.3	
コロコロポテト レッドBBQ(S)	163	2.7	6.0	24.4	340	0.9	
コロコロポテト レッドBBQ(M)	290	4.8	10.8	43.5	625	1.6	
コロコロポテト トリプルチーズ(S)	164	2.6	6.3	24.2	348	0.9	
コロコロポテト トリプルチーズ(M)	293	4.8	11.2	43.1	642	1.6	
ケチャップ	10	0.1	0.0	2.2	109	0.3	
コーンクリームチャウダー	115	2.9	4.9	15.0	692	1.8	
高原トマトと6種野菜のミネストローネ	80	2.4	2.6	12.6	756	2.0	

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	ナトリウム mg	食塩相当量 g
【デザート】						
ダブルチョコ	211	2.2	10.8	26.2	100	0.3
メープル&マカダミア	191	1.9	9.0	25.6	102	0.3
キャラメル&チョコチャンク アーモンド入り	210	2.3	10.9	25.8	99	0.3
3時のやさい にんじん&りんご	189	2.3	10.2	21.7	28	0.1
3時のやさい 小松菜&ごま	195	2.8	11.2	21.0	28	0.1
3時のやさい ゆず&サワークリーム	191	2.2	10.4	21.6	35	0.1
【コールドドリンク】						
アイスコーヒー(S)	8	0.4	0.0	1.5	2	0.0
アイスコーヒー(M)	12	0.6	0.0	2.1	3	0.0
アイスコーヒー(L)	16	0.8	0.0	2.7	4	0.0
アイスカフェオレ(S)	76	3.8	4.1	5.8	45	0.1
アイスカフェオレ(M)	108	5.4	5.9	8.3	65	0.2
アイスカフェオレ(L)	133	6.7	7.2	10.2	80	0.2
アイスティー(S)	6	0.1	0.0	1.4	31	0.1
アイスティー(M)	8	0.1	0.0	2.1	45	0.1
アイスティー(L)	10	0.1	0.0	2.7	59	0.1
オレンジジュース(S)	92	1.5	0.0	21.3	3	0.0
オレンジジュース(M)	132	2.1	0.0	30.5	4	0.0
オレンジジュース(L)	172	2.7	0.0	39.8	5	0.0
野菜と果物のジュース(S)	94	1.3	0.4	21.1	31	0.1
野菜と果物のジュース(M)	135	1.8	0.6	30.2	45	0.1
野菜と果物のジュース(L)	176	2.3	0.8	39.4	59	0.2
アイスマルク(S)	142	7.1	8.2	9.8	105	0.2
アイスマルク(M)	203	10.2	11.7	14.1	150	0.3
アイスマルク(L)	265	13.3	15.2	18.3	195	0.4
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	ナトリウム mg	食塩相当量 g
【コールドドリンク】						
アイスウーロン茶(S)	1	0.0	0.0	0.3	12	0.0
アイスウーロン茶(M)	1	0.1	0.0	0.4	17	0.0
アイスウーロン茶(L)	2	0.1	0.0	0.5	22	0.0
メロンソーダ(S)	79	0.0	0.0	19.9	4	0.0
メロンソーダ(M)	114	0.0	0.0	28.4	6	0.0
メロンソーダ(L)	148	0.0	0.0	37.1	8	0.0
ジンジャーエール(S)	70	0.0	0.0	17.5	3	0.0
ジンジャーエール(M)	100	0.0	0.0	24.9	4	0.0
ジンジャーエール(L)	130	0.0	0.0	32.6	5	0.0
ペプシコーラ(S)	79	0.1	0.0	19.8	3	0.0
ペプシコーラ(M)	114	0.1	0.0	28.2	5	0.0
ペプシコーラ(L)	148	0.1	0.0	36.9	6	0.0
ペプシゼロ(S)	0	0.1	0.0	0.4	37	0.1
ペプシゼロ(M)	0	0.1	0.0	0.5	43	0.1
ペプシゼロ(L)	0	0.2	0.0	0.8	70	0.2
アイスココア	198	5.3	7.5	27.2	180	0.4

※「ペプシゼロ」のカロリーは、栄養表示基準に基づき、
エネルギー5kcal未満(100ml当たり)を0kcalと表示しています。

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	ナトリウム mg	食塩相当量 g
【ホットドリンク】						
ホットコーヒー(S)	7	0.4	0.0	1.3	2	0.0
ホットコーヒー(M)	10	0.5	0.0	1.7	2	0.0
ホットカフェラテ(S)	60	3.0	3.3	4.3	43	0.1
ホットカフェラテ(M)	69	3.5	3.8	5.2	42	0.1
ホットティー	3	0.3	0.0	0.3	3	0.0
ホットミルクティー	23	1.3	1.2	1.7	15	0.0
ハーブティー	5	0.2	0.2	1.2	0	0.0
ホットココア	150	2.9	4.7	23.9	145	0.4
【コンディメント】 ※1ポーションあたり						
ポーションミルク	13	0.2	1.3	0.2	12	0.0
スティックシュガー	12	0.0	0.0	3.0	0	0.0
ガムシロップ	34	0.0	0.0	8.4	0	0.0
【フロートドリンク】						
コーヒーフロート	93	1.9	5.2	10.0	24	0.0
カフェラテフロート	151	4.7	8.7	13.5	68	0.1
コーラフロート	172	1.7	5.2	29.8	26	0.0
クリームソーダ	172	1.6	5.2	30.0	27	0.0
ココアフロート	286	6.9	12.6	36.2	202	0.4
オレンジフロート	176	3.0	5.2	29.4	25	0.0
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	ナトリウム mg	食塩相当量 g
【プレミアムドリンク】						
アイスソイラテ	66	4.4	4.7	1.8	95	0.3
アイスソイココア	180	5.2	7.2	23.7	203	0.5
アイスカフェモカ	192	5.0	7.1	26.8	175	0.4
アイス抹茶ラテ	197	5.1	8.0	26.4	95	0.2
マンゴジュース	90	0.0	0.0	22.7	22	0.0
マンゴオレンジジュース	85	0.6	0.0	20.5	12	0.0
ソイマンゴラテ	90	1.7	1.8	17.0	52	0.1
ホットソイラテ	77	5.1	5.4	2.2	110	0.3
ホットソイココア	205	6.8	9.0	24.3	239	0.6
ホットカフェモカ	188	5.0	6.8	26.7	160	0.4
ホット抹茶ラテ	260	6.4	10.4	35.6	122	0.3
【スムージー】						
ベリーミルク(S)	108	2.4	3.1	19.4	35	0.1
ベリーミルク(M)	135	3.1	3.9	24.1	45	0.1
マンゴオレンジ(S)	93	0.8	0.1	23.8	1	0.0
マンゴオレンジ(M)	121	1.0	0.1	31.0	2	0.0
バナナ(S)	199	2.7	5.4	37.8	23	0.0
アイストッピング	88	1.6	5.2	9.0	23	0.0