

オリジナルサラダ【Sサイズ】							
ハーブチキンと彩り野菜のサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	217	11.6	12.9	15.7	4.1	8.7	1.5
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
トマト	8	0.0	1.9	0.3	0.4	1.5	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
オニオン	6	0.0	1.5	0.2	0.4	1.2	0.0
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
ハーブチキン	162	11.0	1.1	13.4	0.1	1.0	1.5
1日分のまるごとサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	193	4.1	34.7	9.2	11.5	23.2	0.6
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
さつまいも	50	0.9	11.4	0.3	1.0	10.4	0.0
紫キャベツ	8	0.0	1.7	0.5	0.7	1.0	0.0
塩麹しめじ	13	0.2	2.6	1.1	1.2	1.4	0.2
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
人参	9	0.0	2.6	0.2	0.7	1.9	0.0
大根	5	0.0	1.4	0.1	0.5	1.0	0.0
ビーンズ	71	2.4	7.4	5.2	4.5	3.0	0.3
蒸し鶏とりんごのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	187	6.3	24.0	11.0	4.9	19.1	0.6
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
りんご	14	0.1	4.1	0.1	0.5	3.6	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
さつまいも	43	0.7	9.7	0.3	0.8	8.9	0.0
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
蒸し鶏	86	5.0	0.4	8.9	0.0	0.4	0.5
砂肝ともやしナムルのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	158	2.3	25.0	11.8	3.4	21.6	1.6
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
玄米	76	0.5	17.8	1.4	0.7	17.1	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
大根	5	0.0	1.2	0.1	0.4	0.8	0.0
砂肝	46	0.8	0.7	8.5	0.0	0.7	1.0
低温ローストボークのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	276	8.7	33.0	18.9	6.4	26.5	1.2
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
玄米	76	0.5	17.8	1.4	0.7	17.1	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
ビーンズ	47	1.6	5.0	3.5	3.0	2.0	0.2
塩麹しめじ	10	0.2	1.9	0.8	0.9	1.1	0.2
ローストボーク	111	6.2	0.2	12.0	0.0	0.2	0.5
ローストボークのたれ	15	0.1	3.9	0.1	0.1	3.8	0.3
特製たれの棒棒鶏サラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	174	9.1	9.3	15.3	3.2	6.0	1.8
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
豆腐	37	2.5	0.8	3.5	0.6	0.2	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
棒棒鶏	103	5.6	2.4	9.7	0.1	2.3	1.1
国産鶏ひき肉のキーマカレーサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	244	6.4	37.1	12.6	4.4	32.7	1.1
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
玄米	76	0.5	17.8	1.4	0.7	17.1	0.0
りんご	14	0.1	4.1	0.1	0.5	3.6	0.0
オニオン	6	0.0	1.5	0.2	0.4	1.2	0.0
キーマカレー	130	5.7	9.6	9.9	1.1	8.5	1.1
レッドチリチキンのコブサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	251	15.5	7.9	21.1	2.8	5.1	1.9
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
トマト	8	0.0	1.9	0.3	0.4	1.5	0.0
紫キャベツ	8	0.0	1.7	0.5	0.7	1.0	0.0
ゆで卵	67	5.2	0.2	6.3	0.0	0.2	0.2
レッドチリチキン	155	10.2	1.4	13.0	0.2	1.2	1.8

オリジナルサラダ【Mサイズ】							
ハーブチキンと彩り野菜のサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	240	13.0	13.7	17.7	4.5	9.1	1.7
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
トマト	8	0.0	1.9	0.3	0.4	1.5	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
オニオン	6	0.0	1.5	0.2	0.4	1.2	0.0
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
ハーブチキン	183	12.4	1.3	15.0	0.1	1.2	1.7
1日分のまるごとサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	211	4.3	38.5	10.0	12.9	25.6	0.6
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
さつまいも	50	0.9	11.4	0.3	1.0	10.4	0.0
紫キャベツ	11	0.0	2.3	0.7	1.0	1.4	0.0
塩麹しめじ	13	0.2	2.6	1.1	1.2	1.4	0.2
コーン	37	0.6	7.5	1.1	2.5	5.0	0.0
人参	11	0.0	3.0	0.3	0.8	2.2	0.0
大根	6	0.0	1.6	0.2	0.5	1.1	0.0
ビーンズ	71	2.4	7.4	5.2	4.5	3.0	0.3
蒸し鶏とりんごのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	207	7.4	24.7	13.1	5.3	19.4	0.7
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
りんご	14	0.1	4.1	0.1	0.5	3.6	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
さつまいも	43	0.7	9.7	0.3	0.8	8.9	0.0
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
蒸し鶏	103	6.0	0.5	10.6	0.0	0.5	0.6
砂肝ともやしナムルのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	208	2.8	34.7	14.4	4.1	30.6	1.8
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
玄米	114	0.8	26.7	2.1	1.1	25.7	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
大根	5	0.0	1.2	0.1	0.4	0.8	0.0
砂肝	55	1.0	0.8	10.1	0.0	0.8	1.2
低温ローストボークのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	333	9.8	42.6	21.6	7.2	35.4	1.2
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
玄米	114	0.8	26.7	2.1	1.1	25.7	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
塩麹しめじ	10	0.2	1.9	0.8	0.9	1.1	0.2
ビーンズ	47	1.6	5.0	3.5	3.0	2.0	0.2
ローストボーク	126	7.1	0.2	13.8	0.0	0.2	0.6
ローストボークのたれ	15	0.1	3.9	0.1	0.1	3.8	0.3
特製たれの棒棒鶏サラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	212	11.0	10.7	18.8	3.7	7.0	2.2
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
豆腐	37	2.5	0.8	3.5	0.6	0.2	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
棒棒鶏	137	7.5	3.2	13.0	0.2	3.0	1.5
国産鶏ひき肉のキーマカレーサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	301	7.3	47.9	14.8	5.3	42.6	1.3
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
玄米	114	0.8	26.7	2.1	1.1	25.7	0.0
りんご	14	0.1	4.1	0.1	0.5	3.6	0.0
オニオン	6	0.0	1.5	0.2	0.4	1.2	0.0
キーマカレー	147	6.4	10.8	11.2	1.3	9.5	1.3
レッドチリチキンのコブサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	273	16.8	8.7	23.0	3.2	5.6	2.1
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
トマト	8	0.0	1.9	0.3	0.4	1.5	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
紫キャベツ	8	0.0	1.7	0.5	0.7	1.0	0.0
ゆで卵	67	5.2	0.2	6.3	0.0	0.2	0.2
レッドチリチキン	175	11.4	1.6	14.6	0.3	1.4	2.0

オリジナルサラダ【Lサイズ】							
ハーブチキンと彩り野菜のサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	264	14.4	14.5	19.6	4.9	9.6	1.9
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
トマト	8	0.0	1.9	0.3	0.4	1.5	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
オニオン	6	0.0	1.5	0.2	0.4	1.2	0.0
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
ハーブチキン	203	13.8	1.4	16.7	0.1	1.3	1.9
1日分のまるごとサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	222	4.4	41.1	10.4	13.6	27.5	0.6
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
さつまいも	57	1.0	13.0	0.4	1.1	11.9	0.0
紫キャベツ	12	0.0	2.7	0.8	1.1	1.6	0.0
塩麹しめじ	13	0.2	2.6	1.1	1.2	1.4	0.2
コーン	37	0.6	7.5	1.1	2.5	5.0	0.0
人参	11	0.0	3.0	0.3	0.8	2.2	0.0
大根	6	0.0	1.6	0.2	0.5	1.1	0.0
ビーンズ	71	2.4	7.4	5.2	4.5	3.0	0.3
蒸し鶏とりんごのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	227	8.4	25.4	15.1	5.7	19.8	0.8
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
りんご	14	0.1	4.1	0.1	0.5	3.6	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
さつまいも	43	0.7	9.7	0.3	0.8	8.9	0.0
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
蒸し鶏	120	7.0	0.6	12.4	0.0	0.6	0.7
砂肝ともやしナムルのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	259	3.2	44.4	17.1	4.9	39.6	2.0
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
玄米	152	1.0	35.6	2.8	1.4	34.2	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
大根	5	0.0	1.2	0.1	0.4	0.8	0.0
砂肝	64	1.1	0.9	11.8	0.0	0.9	1.4
低温ローストボークのサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	390	11.0	52.1	24.3	7.9	44.3	1.3
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
玄米	152	1.0	35.6	2.8	1.4	34.2	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
塩麹しめじ	10	0.2	1.9	0.8	0.9	1.1	0.2
ビーンズ	47	1.6	5.0	3.5	3.0	2.0	0.2
ローストボーク	142	8.0	0.3	15.5	0.0	0.3	0.6
ローストボークのたれ	15	0.1	3.9	0.1	0.1	3.8	0.3
特製たれの棒棒鶏サラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	232	12.0	11.8	20.7	4.1	7.7	2.4
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
豆腐	37	2.5	0.8	3.5	0.6	0.2	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
棒棒鶏	154	8.5	3.6	14.6	0.2	3.4	1.7
国産鶏ひき肉のキーマカレーサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	359	8.3	58.7	17.0	6.2	52.5	1.4
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
玄米	152	1.0	35.6	2.8	1.4	34.2	0.0
りんご	14	0.1	4.1	0.1	0.5	3.6	0.0
オニオン	6	0.0	1.5	0.2	0.4	1.2	0.0
キーマカレー	163	7.1	12.0	12.4	1.4	10.6	1.4
レッドチリチキンのコブサラダ	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	296	18.1	9.6	24.9	3.6	6.0	2.4
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
トマト	8	0.0	1.9	0.3	0.4	1.5	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
紫キャベツ	8	0.0	1.7	0.5	0.7	1.0	0.0
ゆで卵	67	5.2	0.2	6.3	0.0	0.2	0.2
レッドチリチキン	194	12.7	1.8	16.2	0.3	1.5	2.2

【期間限定】スマイルボールのピピンパのサラダ

【S】	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	286	10.1	36.1	15.3	4.5	31.6	2.6
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
玄米	76	0.5	17.8	1.4	0.7	17.1	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
スマイルボール	7	0.0	1.8	0.2	0.5	1.4	0.0
小松菜ナムル	33	2.2	2.7	0.9	0.8	2.0	0.5
韓国風肉そぼろ	137	6.4	8.4	11.0	0.3	8.1	1.4
【M】	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	344	11.2	46.7	17.7	5.3	41.5	2.7
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
玄米	114	0.8	26.7	2.1	1.1	25.7	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
スマイルボール	7	0.0	1.8	0.2	0.5	1.4	0.0
小松菜ナムル	33	2.2	2.7	0.9	0.8	2.0	0.5
韓国風肉そぼろ	155	7.2	9.5	12.4	0.3	9.2	1.6
【L】	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	403	12.3	57.3	20.0	6.0	51.3	2.9
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
玄米	152	1.0	35.6	2.8	1.4	34.2	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
スマイルボール	7	0.0	1.8	0.2	0.5	1.4	0.0
小松菜ナムル	33	2.2	2.7	0.9	0.8	2.0	0.5
韓国風肉そぼろ	172	8.0	10.5	13.8	0.4	10.2	1.8

【期間限定】ジンジャーチキンとあやめ雪かぶのサラダ

【S】	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	134	5.3	12.9	10.6	3.9	8.9	1.4
ミックスリーフ	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
かぼちゃ	14	0.5	2.7	0.4	0.7	2.0	0.0
あやめ雪かぶ	5	0.0	1.4	0.2	0.5	0.9	0.0
塩麹しめじ	10	0.2	1.9	0.8	0.9	1.1	0.2
ジンジャーチキン	88	4.6	2.7	8.2	0.2	2.5	1.2
【M】	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	167	6.9	14.4	13.6	4.4	10.0	1.7
ミックスリーフ	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
かぼちゃ	14	0.5	2.7	0.4	0.7	2.0	0.0
あやめ雪かぶ	5	0.0	1.4	0.2	0.5	0.9	0.0
塩麹しめじ	10	0.2	1.9	0.8	0.9	1.1	0.2
ジンジャーチキン	117	6.1	3.6	10.9	0.3	3.4	1.5
【L】	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
総量	185	7.7	15.5	15.3	4.8	10.7	1.9
ミックスリーフ	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
かぼちゃ	14	0.5	2.7	0.4	0.7	2.0	0.0
あやめ雪かぶ	5	0.0	1.4	0.2	0.5	0.9	0.0
塩麹しめじ	10	0.2	1.9	0.8	0.9	1.1	0.2
ジンジャーチキン	131	6.8	4.1	12.3	0.3	3.8	1.7

各種トッピング・ドレッシング・スープ							
商品名	カロリー(kcal)	脂質(g)	炭水化物(g)	タンパク質(g)	食物繊維(g)	糖質(g)	塩分(g)
リーフ							
ミックスリーフ(S)	10	0.1	2.0	0.8	1.1	0.8	0.0
ミックスリーフ(M)	13	0.1	2.6	1.1	1.5	1.1	0.0
ミックスリーフ(L)	16	0.1	3.3	1.4	1.9	1.4	0.0
スタンダード							
豆腐	37	2.5	0.8	3.5	0.6	0.2	0.0
塩麹しめじ	10	0.2	1.9	0.8	0.9	1.1	0.2
もやしナムル	15	0.9	1.2	0.8	0.6	0.6	0.6
トマト	8	0.0	1.9	0.3	0.4	1.5	0.0
きゅうり	3	0.0	0.8	0.3	0.3	0.5	0.0
オニオン	6	0.0	1.5	0.2	0.4	1.2	0.0
コーン	28	0.5	5.6	0.8	1.9	3.8	0.0
玄米(S)	76	0.5	17.8	1.4	0.7	17.1	0.0
玄米(M)	114	0.8	26.7	2.1	1.1	25.7	0.0
玄米(L)	152	1.0	35.6	2.8	1.4	34.2	0.0
りんご	14	0.1	4.1	0.1	0.5	3.6	0.0
人参	8	0.0	2.2	0.2	0.6	1.6	0.0
大根	5	0.0	1.2	0.1	0.4	0.8	0.0
さつまいも	43	0.7	9.7	0.3	0.8	8.9	0.0
紫キャベツ	8	0.0	1.7	0.5	0.7	1.0	0.0
プレミアム							
ビーンズ	47	1.6	5.0	3.5	3.0	2.0	0.2
ゆで卵	67	5.2	0.2	6.3	0.0	0.2	0.2
棒棒鶏(S)	103	5.6	2.4	9.7	0.1	2.3	1.1
棒棒鶏(M)	137	7.5	3.2	13.0	0.2	3.0	1.5
棒棒鶏(L)	154	8.5	3.6	14.6	0.2	3.4	1.7
蒸し鶏(S)	86	5.0	0.4	8.9	0.0	0.4	0.5
蒸し鶏(M)	103	6.0	0.5	10.6	0.0	0.5	0.6
蒸し鶏(L)	120	7.0	0.6	12.4	0.0	0.6	0.7
ハーブチキン(S)	162	11.0	1.1	13.4	0.1	1.0	1.5
ハーブチキン(M)	183	12.4	1.3	15.0	0.1	1.2	1.7
ハーブチキン(L)	203	13.8	1.4	16.7	0.1	1.3	1.9
ローストポーク(S)	111	6.2	0.2	12.0	0.0	0.2	0.5
ローストポーク(M)	126	7.1	0.2	13.8	0.0	0.2	0.6
ローストポーク(L)	142	8.0	0.3	15.5	0.0	0.3	0.6
ローストポークのたれ	15	0.1	3.9	0.1	0.1	3.8	0.3
砂肝(S)	46	0.8	0.7	8.5	0.0	0.7	1.0
砂肝(M)	55	1.0	0.8	10.1	0.0	0.8	1.2
砂肝(L)	64	1.1	0.9	11.8	0.0	0.9	1.4
パン	79	1.5	14.0	2.6	0.0	14.0	0.3
キーマカレー(S)	130	5.7	9.6	9.9	1.1	8.5	1.1
キーマカレー(M)	147	6.4	10.8	11.2	1.3	9.5	1.3
キーマカレー(L)	163	7.1	12.0	12.4	1.4	10.6	1.4
レッドチリチキン(S)	155	10.2	1.4	13.0	0.2	1.2	1.8
レッドチリチキン(M)	175	11.4	1.6	14.6	0.3	1.4	2.0
レッドチリチキン(L)	194	12.7	1.8	16.2	0.3	1.5	2.2
期間限定							
かぼちゃ	14	0.5	2.7	0.4	0.7	2.0	0.0
あやめ雪かぶ	5	0.0	1.4	0.2	0.5	0.9	0.0
スマイルボール	7	0.0	1.8	0.2	0.5	1.4	0.0
小松菜ナムル	25	1.7	2.0	0.7	0.6	1.5	0.4
ジンジャーチキン(S)	88	4.6	2.7	8.2	0.2	2.5	1.2
ジンジャーチキン(M)	117	6.1	3.6	10.9	0.3	3.4	1.5
ジンジャーチキン(L)	131	6.8	4.1	12.3	0.3	3.8	1.7
韓国風肉そば(S)	137	6.4	8.4	11.0	0.3	8.1	1.4
韓国風肉そば(M)	155	7.2	9.5	12.4	0.3	9.2	1.6
韓国風肉そば(L)	172	8.0	10.5	13.8	0.4	10.2	1.8
ドレッシング							
レモンドレッシング	105	10.8	1.8	0.0	0.0	1.8	0.8
ゆず醤油ドレッシング	48	3.7	2.8	0.6	0.0	2.8	1.1
柑橘ドレッシング	86	6.6	6.5	0.2	不明	6.5	1.0
オニオンドレッシング	112	10.3	3.9	0.7	0.2	3.7	1.3
ごま塩ドレッシング	163	15.8	4.8	0.2	不明	4.8	1.4
梅しそドレッシング	13	0.0	3.2	0.3	0.1	3.0	1.5
ハニーマスタードドレッシング	42	1.0	7.3	0.9	0.6	6.7	1.4
ハニーミルクドレッシング	178	17.1	4.1	0.8	0.0	4.1	1.1
ナッツドレッシング	159	15.7	3.9	0.5	不明	3.9	1.4
ごまクリーミードレッシング	178	15.7	8.1	0.8	0.3	7.8	1.1
ジンジャードレッシング	136	13.5	2.8	0.5	0.2	2.6	1.1
バジルチーズドレッシング	141	14.3	1.9	0.4	0.0	1.9	1.1
黒酢玉ねぎドレッシング	75	5.0	6.5	0.5	0.1	6.4	1.3
シーザードレッシング	129	12.8	3.0	0.6	0.1	2.9	1.1
メキシカンドレッシング	152	15.0	3.0	0.3	0.1	2.9	1.1
スープ							
オニオンスープ	38	2.7	11.2	1.9	0.3	10.9	3.5
ミネストローネスープ	94	5.0	31.0	5.6	3.4	27.6	4.8
野菜白湯スープ	40	5.4	7.3	1.1	1.3	6.0	3.3
パンパンスープ	165	17.2	34.4	9.8	3.4	31.0	3.2