

メニュー全情報

1. 食べ残したお料理のお持ち帰りについて
2. メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

※ 当店で使用しているお米は、国産米を中心に、外国産をブレンドした米を使用しております。一部の店舗につきましては、国産米のみを使用しております。詳しくは店員までお問い合わせください。



当店のお料理をお持ち帰りされるお客様へ

お料理のお持ち帰りは、お客様の責任においてお願い申し上げます。
食品安全の観点から、以下の点ご理解をお願いいたします。

- ・ 気温が上昇する**6月～9月**はお持ち帰りをご遠慮いただいております。
- ・ 時間が経過することにより食中毒のリスクが高まります。
- ・ 帰宅までに時間がかかる場合のお持ち帰りはご遠慮ください。
- ・ お料理は**お客様ご自身でお詰めいただく**ようお願いいたします。
※お詰めいただく前に**手洗い・手の除菌**をされることをおすすめいたします
- ・ **お持ち帰りは、加熱が十分にされているお料理**とさせていただきます。
※店舗で未加熱のトッピングや付け合わせはできるだけ取り除いてください。
※玉子、半熟玉子、とろろがかかったものは、お持ち帰りをご遠慮ください。
- ・ お持ち帰りいただいた料理は、すぐに**冷蔵庫**におしまいいただくか、**できるだけ速やかにお召し上がり**ください。
- ・ **必ず中心まで十分に加熱**してお召し上がりください。
- ・ 電子レンジで加熱する場合は、**電子レンジに対応した別の容器**に移してください。
- ・ 少しでも怪しいと思ったら、口に入れるのはおやめください。

消費者庁、農林水産省、環境省、厚生労働省「飲食店等における「食べ残し」対策に取り組むに当たっての留意事項」 参照

株式会社吉野家

2023.10.2

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧



1. 栄養成分値は、配合に基づいた推定値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差がでる場合がございますのでご了承ください。
 2. 0.05g未満の含有量の場合でも「0.0」表記とさせて頂いておりますのでご了承下さい。
 3. アレルギー情報・栄養成分値にはお好みでお使いいただく調味料類は含まれておりません。調味料類は別に記載しております。
 4. アレルギー情報は商品の原材料を調べたものです（○：原材料に含みます）。
 5. 揚げ物は全て同じフライヤーで揚げています。その他、調理の過程において商品間・原材料間でのアレルギー物質の偶発的混入の可能性がございます。
 6. アレルギー物質に対する感受性は、個人により大きな差があります。このデータを参考に、最終的な判断は専門医に相談されることをおすすめします。
- ※ 詳細につきましては、吉野家お客様相談室（0120-69-5114）にお問い合わせください。

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

メニュー			栄 養 成 分（1食当たり）						ア レ ル ギ ー 物 質																										
			熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	特定原材料(8品目)								特定原材料に準ずるもの(20品目)																			
								小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	マカダミアナッツ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド
																																			
井	ロースカツ丼	ご飯少なめ	1,003	39.8	57.0	84.8	3.4	○	○	○														○	○										
		ご飯普通	1,112	41.5	57.2	110.8	3.4	○	○	○														○	○										
		ご飯大盛	1,221	43.3	57.4	136.8	3.4	○	○	○														○	○										
	Wロースカツ丼	ご飯少なめ	1,660	66.4	106.8	111.2	4.4	○	○	○														○	○										
		ご飯普通	1,769	68.2	107.0	137.2	4.4	○	○	○														○	○										
		ご飯大盛	1,878	69.9	107.2	163.2	4.4	○	○	○														○	○										
	ねぎ玉ロースカツ丼	ご飯少なめ	1,130	49.8	64.4	90.3	5.2	○	○	○														○	○							○			
		ご飯普通	1,239	51.6	64.6	116.3	5.2	○	○	○														○	○							○			
		ご飯大盛	1,348	53.3	64.8	142.2	5.2	○	○	○														○	○							○			
	ヒレカツ丼	ご飯少なめ	724	35.8	30.6	78.8	3.2	○	○	○														○	○										
		ご飯普通	833	37.5	30.8	104.7	3.2	○	○	○														○	○										
		ご飯大盛	942	39.3	31.0	130.7	3.2	○	○	○														○	○										
	ねぎ玉ヒレカツ丼	ご飯少なめ	851	45.8	38.0	84.2	5.0	○	○	○														○	○							○			
		ご飯普通	960	47.6	38.3	110.2	5.0	○	○	○														○	○							○			
		ご飯大盛	1,069	49.3	38.5	136.2	5.0	○	○	○														○	○							○			
	Wエッグ ※右の栄養成分が加算されます		95	8.2	6.8	0.3	0.3			○																									
レギュラーメニュー	定食	ロースカツ定食	ご飯少なめ	872	31.3	50.6	75.8	2.3	○	○	○													○	○										
			ご飯普通	950	32.6	50.8	94.4	2.3	○	○	○													○	○										
			ご飯大盛	1,074	34.6	51.0	124.1	2.3	○	○	○													○	○										
			ご飯特盛	1,215	36.8	51.3	157.4	2.3	○	○	○													○	○										
		おろしロースカツ定食	ご飯少なめ	905	32.2	50.7	83.6	3.4	○	○	○													○	○	○									
			ご飯普通	983	33.4	50.8	102.2	3.4	○	○	○													○	○	○									
			ご飯大盛	1,107	35.4	51.1	131.8	3.4	○	○	○													○	○	○									
			ご飯特盛	1,248	37.7	51.3	165.2	3.4	○	○	○													○	○	○									
		サイコロカツ定食	ご飯少なめ	943	29.7	50.3	95.9	2.7	○	○	○													○	○	○									
			ご飯普通	1,021	30.9	50.4	114.4	2.7	○	○	○													○	○	○									
			ご飯大盛	1,146	32.9	50.7	144.1	2.7	○	○	○													○	○	○									
			ご飯特盛	1,286	35.2	51.0	177.5	2.7	○	○	○													○	○	○									
		ヒレカツ定食(3枚)	ご飯少なめ	592	27.3	24.2	69.7	2.1	○	○	○													○	○	○									
			ご飯普通	670	28.6	24.4	88.2	2.1	○	○	○													○	○	○									
			ご飯大盛	795	30.6	24.6	117.9	2.1	○	○	○													○	○	○									
			ご飯特盛	935	32.8	24.9	151.3	2.1	○	○	○													○	○	○									
		おろしヒレカツ定食(3枚)	ご飯少なめ	625	28.2	24.3	77.5	3.3	○	○	○													○	○	○									
			ご飯普通	703	29.4	24.4	96.0	3.3	○	○	○													○	○	○									
			ご飯大盛	828	31.4	24.7	125.7	3.3	○	○	○													○	○	○									
			ご飯特盛	968	33.7	24.9	159.1	3.3	○	○	○													○	○	○									
		𠂔𠂔𠂔から揚げ定食(3個)	ご飯少なめ	1,061	32.5	69.7	74.8	4.7	○	○	○													○	○										
			ご飯普通	1,139	33.8	69.8	93.3	4.7	○	○	○													○	○										
			ご飯大盛	1,264	35.8	70.1	123.0	4.7	○	○	○													○	○										
			ご飯特盛	1,404	38.0	70.4	156.4	4.7	○	○	○													○	○										
		おろしから揚げ定食(3個)	ご飯少なめ	847	31.6	44.2	79.9	4.8	○	○	○													○	○										
			ご飯普通	925	32.8	44.4	98.5	4.8	○	○	○													○	○										
			ご飯大盛	1,049	34.8	44.6	128.2	4.8	○	○	○													○	○										
			ご飯特盛	1,190	37.1	44.9	161.5	4.8	○	○	○													○	○										
	朝食	ハムエッグ定食	ご飯少なめ	350	16.2	9.4	52.5	2.6		○	○													○	○										
			ご飯普通	428	17.5	9.5	71.0	2.6		○	○													○	○										
			ご飯大盛	553	19.5	9.8	100.7	2.6		○	○													○	○										
			ご飯特盛	693	21.7	10.0	134.1	2.6		○	○													○	○										
		Wハムエッグ定食	ご飯少なめ	468	27.6	16.9	53.8	3.5		○	○													○	○										
			ご飯普通	546	28.8	17.1	72.3	3.5		○	○													○	○										
			ご飯大盛	671	30.8	17.3	102.0	3.5		○	○													○	○										
			ご飯特盛	811	33.1	17.6	135.4	3.5		○	○													○	○										
	納豆定食	ご飯少なめ	417	20.8	12.4	58.4	2.4	○		○			</																						

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

メニュー			栄 養 成 分（1食当たり）						ア レ ル ギ ー 物 質																						
			熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	特定原材料(8品目)								特定原材料に準ずるもの(20品目)															
								小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	マカダミアナッツ	バナナ	もも	山芋	りんご
			(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)																								
レギュラーメニュー	弁当	ロースカツ弁当	ご飯少なめ	849	30.0	50.7	70.9	0.7	○	○	○																				○
			ご飯普通	927	31.2	50.8	89.5	0.7	○	○	○													○							○
			ご飯大盛	1,052	33.2	51.1	119.2	0.7	○	○	○													○							○
			ご飯特盛	1,192	35.5	51.3	152.6	0.7	○	○	○													○							○
		おろしロースカツ弁当	ご飯少なめ	882	30.8	50.7	78.7	1.8	○	○	○													○	○						○
			ご飯普通	960	32.1	50.9	97.3	1.8	○	○	○													○	○						○
			ご飯大盛	1,085	34.1	51.1	127.0	1.8	○	○	○													○	○						○
			ご飯特盛	1,225	36.3	51.4	160.3	1.8	○	○	○													○	○						○
		ヒレカツ弁当	ご飯少なめ	569	26.0	24.3	64.8	0.5	○	○	○													○							○
			ご飯普通	647	27.2	24.4	83.4	0.5	○	○	○													○							○
			ご飯大盛	772	29.2	24.7	113.0	0.5	○	○	○													○							○
			ご飯特盛	913	31.5	24.9	146.4	0.5	○	○	○													○							○
		おろしヒレカツ弁当(3枚)	ご飯少なめ	602	26.8	24.3	72.6	1.7	○	○	○													○	○						○
			ご飯普通	680	28.1	24.5	91.1	1.7	○	○	○													○	○						○
			ご飯大盛	805	30.1	24.7	120.8	1.7	○	○	○													○	○						○
			ご飯特盛	946	32.3	25.0	154.2	1.7	○	○	○													○	○						○
		サイコロカツ弁当	ご飯少なめ	920	28.4	50.4	91.0	1.1	○	○	○													○							○
			ご飯普通	998	29.6	50.5	109.5	1.1	○	○	○													○							○
			ご飯大盛	1,123	31.6	50.7	139.2	1.1	○	○	○													○							○
			ご飯特盛	1,263	33.9	51.0	172.6	1.1	○	○	○													○							○
		タルタルから揚げ弁当(3個)	ご飯少なめ	1,038	31.2	69.8	69.9	3.1	○	○	○													○	○						○
			ご飯普通	1,116	32.5	69.9	88.4	3.1	○	○	○													○	○						○
			ご飯大盛	1,241	34.5	70.1	118.1	3.1	○	○	○													○	○						○
			ご飯特盛	1,381	36.7	70.4	151.5	3.1	○	○	○													○	○						○
		おろしから揚げ弁当(3個)	ご飯少なめ	824	30.3	44.3	75.1	3.2	○	○	○													○	○						○
			ご飯普通	902	31.5	44.4	93.7	3.2	○	○	○													○	○						○
			ご飯大盛	1,027	33.5	44.7	123.3	3.2	○	○	○													○	○						○
			ご飯特盛	1,167	35.8	44.9	156.7	3.2	○	○	○													○	○						○
	アイス	アイスクャンディー(レモンソーダ)		21	0.0	0.0	5.1	0.0																							
		アイスクャンディー(メロンソーダ)		20	0.0	0.0	5.0	0.0																							
		アイスクャンディー(ソーダ)		20	0.0	0.0	5.1	0.0																							
		アイスクャンディー(コーラ)		19	0.0	0.0	4.7	0.0																							
		ココ・コーラ		45	0.0	0.0	11.3	0.0																							
	ジュース	カルピス		44	0.2	0.0	10.9	0.0	○																						
		カルピスソーダ		39	0.2	0.0	9.8	0.0	○																						
		煌(ファン)		0	0.0	0.0	0.1	0.0																							
		ファンタメロンソーダ		50	0.0	0.0	12.6	0.0																							
		ミニッツメイドオレンジ		46	0.1	0.1	11.2	0.0											○												
		ホットブレンドコーヒー		4	0.2	0.0	0.7	0.0																							
	コーヒー類	ホットカフェオレ		44	1.3	1.4	6.5	0.0	○																						
		ホットカフェモカ		54	0.8	1.0	10.5	0.1	○																						
		ホットココア		54	0.6	1.1	10.6	0.2	○																						
		アイスコーヒー		8	0.4	0.0	1.4	0.0	○																						
		アイスカフェオレ		64	1.9	2.0	9.4	0.1	○																						
		アイスカフェモカ		68	1.0	1.3	13.3	0.2	○																						
		アイスココア		83	1.0	1.7	16.3	0.2	○																						
	オフショ	ガムシロップ		32	0.0	0.0	8.0	0.0																							
		スティックシュガー		12	0.0	0.0	3.0	0.0																							
		コーヒーフレッシュ		10	0.2	1.0	0.2	0.0	○															○							

NUTRITION・ALLERGEN LIST

Menu			NUTRITION (per serving)					ALLERGEN																													
			calorie	protein	fat	carbohydrate	salt equivalent	Labelling is mandatory								Labelling is recommended																					
								Wheat	Milk	Egg	Peanut	Buckwheat	Shrimp	Crab	Walnut	Abalone	Squid	Salmon Roe	Orange	Kiwifruit	Beef	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Pork	Macadamia nut	Banana	Peach	Yam	Apple	Sesame	Cashew Nut	Gelatin	Almond		
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)																															
Regular menu	Bento	Pork cutlet Bento	Rice Size : S	849	30.0	50.7	70.9	0.7	○	○	○													○													
		Rice Size : M	927	31.2	50.8	89.5	0.7	○	○	○														○													
		Rice Size : L	1,052	33.2	51.1	119.2	0.7	○	○	○														○													
		Rice Size : XL	1,192	35.5	51.3	152.6	0.7	○	○	○														○													
		Daikon radish and ponzu sauce Pork cutlet Bento	Rice Size : S	882	30.8	50.7	78.7	1.8	○	○	○														○												
		Rice Size : M	960	32.1	50.9	97.3	1.8	○	○	○															○												
		Rice Size : L	1,085	34.1	51.1	127.0	1.8	○	○	○															○												
		Rice Size : XL	1,225	36.3	51.4	160.3	1.8	○	○	○															○												
		Fillet cutlet Bento (3 pieces)	Rice Size : S	569	26.0	24.3	64.8	0.5	○	○	○														○												
		Rice Size : M	647	27.2	24.4	83.4	0.5	○	○	○															○												
		Rice Size : L	772	29.2	24.7	113.0	0.5	○	○	○															○												
		Rice Size : XL	913	31.5	24.9	146.4	0.5	○	○	○															○												
		Daikon radish and ponzu sauce Fillet cutlet Bento (3 pieces)	Rice Size : S	602	26.8	24.3	72.6	1.7	○	○	○														○												
		Rice Size : M	680	28.1	24.5	91.1	1.7	○	○	○															○												
		Rice Size : L	805	30.1	24.7	120.8	1.7	○	○	○															○												
		Rice Size : XL	946	32.3	25.0	154.2	1.7	○	○	○															○												
		Diced pork cutlet Bento	Rice Size : S	920	28.4	50.4	91.0	1.1	○	○	○														○												
		Rice Size : M	998	29.6	50.5	109.5	1.1	○	○	○															○												
		Rice Size : L	1,123	31.6	50.7	139.2	1.1	○	○	○															○												
		Rice Size : XL	1,263	33.9	51.0	172.6	1.1	○	○	○															○												
		Tartar sauce Fried chicken Bento (3 pieces)	Rice Size : S	1,038	31.2	69.8	69.9	3.1	○	○	○														○												
		Rice Size : M	1,116	32.5	69.9	88.4	3.1	○	○	○															○												
		Rice Size : L	1,241	34.5	70.1	118.1	3.1	○	○	○															○												
		Rice Size : XL	1,381	36.7	70.4	151.5	3.1	○	○	○															○												
		Daikon radish and ponzu sauce Fried chicken Bento (3 pieces)	Rice Size : S	824	30.3	44.3	75.1	3.2	○	○	○														○												
		Rice Size : M	902	31.5	44.4	93.7	3.2	○	○	○															○												
		Rice Size : L	1,027	33.5	44.7	123.3	3.2	○	○	○															○												
		Rice Size : XL	1,167	35.8	44.9	156.7	3.2	○	○	○															○												
	Ice pop	Ice pop (Lemon soda)		21	0.0	0.0	5.1	0.0																													
		Ice pop (Melon Soda)		20	0.0	0.0	5.0	0.0																													
		Ice pop (Soda)		20	0.0	0.0	5.1	0.0																													
		Ice pop (Cola)		19	0.0	0.0	4.7	0.0																													

营养成分・过敏原 列表

菜单			营养成分 （每餐）					过敏原																											
			能量	蛋白质量	脂肪量	碳水化合物量	食盐相当量	义务标示								建议标示																			
								小麦	牛奶	鸡蛋	花生	荞麦面	虾	螃蟹	核桃	鲍鱼	鱿鱼	鲑鱼卵	橙子	猕猴桃	牛肉	三文鱼	青花鱼	大豆	鸡肉	猪肉	澳洲坚果	香蕉	桃子	山药	苹果	芝麻	腰果	明胶	杏仁
																																			
			(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)																												
常规菜单	盖饭	猪排盖饭	米饭量：较少的	1,003	39.8	57.0	84.8	3.4	○	○	○												○		○										
			米饭量：正常尺寸	1,112	41.5	57.2	110.8	3.4	○	○	○												○		○										
			米饭量：大份量	1,221	43.3	57.4	136.8	3.4	○	○	○												○		○										
		双倍的猪排盖饭	米饭量：较少的	1,660	66.4	106.8	111.2	4.4	○	○	○												○		○										
			米饭量：正常尺寸	1,769	68.2	107.0	137.2	4.4	○	○	○												○		○										
			米饭量：大份量	1,878	69.9	107.2	163.2	4.4	○	○	○												○		○										
		葱花鸡蛋猪排盖饭	米饭量：较少的	1,130	49.8	64.4	90.3	5.2	○	○	○												○		○							○			
			米饭量：正常尺寸	1,239	51.6	64.6	116.3	5.2	○	○	○												○		○							○			
			米饭量：大份量	1,348	53.3	64.8	142.2	5.2	○	○	○												○		○							○			
		菲力炸肉排盖饭	米饭量：较少的	724	35.8	30.6	78.8	3.2	○	○	○												○		○										
			米饭量：正常尺寸	833	37.5	30.8	104.7	3.2	○	○	○												○		○										
			米饭量：大份量	942	39.3	31.0	130.7	3.2	○	○	○												○		○										
	套餐	葱花鸡蛋炸猪排盖饭	米饭量：较少的	851	45.8	38.0	84.2	5.0	○	○	○												○		○							○			
			米饭量：正常尺寸	960	47.6	38.3	110.2	5.0	○	○	○												○		○							○			
			米饭量：大份量	1,069	49.3	38.5	136.2	5.0	○	○	○												○		○							○			
		双倍的鸡蛋 ※右边的数据会被累加		95	8.2	6.8	0.3	0.3			○																								
		炸猪排套餐	米饭量：较少的	872	31.3	50.6	75.8	2.3	○	○	○												○		○										
			米饭量：正常尺寸	950	32.6	50.8	94.4	2.3	○	○	○												○		○										
			米饭量：大份量	1,074	34.6	51.0	124.1	2.3	○	○	○												○		○										
		白萝卜酱和柚子醋 炸猪排套餐	米饭量：特大部份	1,215	36.8	51.3	157.4	2.3	○	○	○												○		○										
			米饭量：较少的	905	32.2	50.7	83.6	3.4	○	○	○												○	○	○										
			米饭量：正常尺寸	983	33.4	50.8	102.2	3.4	○	○	○												○	○	○										
	套餐	骰子炸猪排套餐	米饭量：大份量	1,107	35.4	51.1	131.8	3.4	○	○	○												○	○	○										
			米饭量：特大部份	1,248	37.7	51.3	165.2	3.4	○	○	○												○	○	○										
			米饭量：较少的	943	29.7	50.3	95.9	2.7	○	○	○												○		○										
		菲力炸肉排套餐（3块）	米饭量：正常尺寸	1,021	30.9	50.4	114.4	2.7	○	○	○												○		○										
			米饭量：大份量	1,146	32.9	50.7	144.1	2.7	○	○	○												○		○										
			米饭量：特大部份	1,286	35.2	51.0	177.5	2.7	○	○	○												○		○										
		白萝卜酱和柚子醋 菲力炸肉排套餐（3块）	米饭量：较少的	592	27.3	24.2	69.7	2.1	○	○	○												○		○										
			米饭量：正常尺寸	670	28.6	24.4	88.2	2.1	○	○	○												○		○										
			米饭量：大份量	795	30.6	24.6	117.9	2.1	○	○	○												○		○										
		塔塔酱炸鸡套餐（3块）	米饭量：特大部份	935	32.8	24.9	151.3	2.1	○	○	○												○		○										
			米饭量：较少的	625	28.2	24.3	77.5	3.3	○	○	○												○	○	○										
			米饭量：正常尺寸	703	29.4	24.4	96.0	3.3	○	○	○												○	○	○										
	早餐	炸鸡配萝卜泥和酱油套餐（3块）	米饭量：大份量	828	31.4	24.7	125.7	3.3	○	○	○												○	○	○										
			米饭量：特大部份	968	33.7	24.9	159.1	3.3	○	○	○												○	○	○										
			米饭量：较少的	1,061	32.5	69.7	74.8	4.7	○	○	○												○	○											
		火腿鸡蛋套餐	米饭量：正常尺寸	1,139	33.8	69.8	93.3	4.7	○	○	○												○	○											
			米饭量：大份量	1,264	35.8	70.1	123.0	4.7	○	○	○												○	○											
			米饭量：特大部份	1,404	38.0	70.4	156.4	4.7	○	○	○												○	○											
		双份火腿鸡蛋套餐	米饭量：较少的	847	31.6	44.2	79.9	4.8	○	○	○												○	○											
			米饭量：正常尺寸	925	32.8	44.4	98.5	4.8	○	○	○												○	○											
			米饭量：大份量	1,049	34.8	44.6	128.2	4.8	○	○	○												○	○											
		纳豆套餐	米饭量：特大部份	1,190	37.1	44.9	161.5	4.8	○	○	○												○	○											
			米饭量：较少的	350	16.2	9.4	52.5	2.6		○	○												○		○										
	单品		米饭量：正常尺寸	428	17.5	9.5	71.0	2.6		○	○												○		○										
	炸猪排	米饭量：大份量	553	19.5	9.8	100.7	2.6		○	○												○		○											
		米饭量：特大部份	693	21.7	10.0	134.1	2.6		○	○												○		○											
		米饭量：较少的	468	27.6	16.9	53.8	3.5		○	○												○		○											
	炸鸡	米饭量：正常尺寸	546	28.8	17.1	72.3	3.5		○	○												○		○											
		米饭量：大份量	671	30.8	17.3	102.0	3.5		○	○												○		○											
		米饭量：特大部份	81																																

营养成分・过敏原 列表

菜单			营养成分（每餐）					过敏原																											
			能量	蛋白质质量	脂肪量	碳水化合物量	食盐相当量	义务标示										建议标示																	
								小麦	牛奶	鸡蛋	花生	荞麦面	虾	螃蟹	核桃	鲍鱼	鱿鱼	鲑鱼卵	橙子	猕猴桃	牛肉	三文鱼	青花鱼	大豆	鸡肉	猪肉	澳洲坚果	香蕉	桃子	山药	苹果	芝麻	腰果	明胶	杏仁
																																			
常规菜单	便当	炸猪排便当	米饭量：较少的	849	30.0	50.7	70.9	0.7	○	○	○																								
			米饭量：正常尺寸	927	31.2	50.8	89.5	0.7	○	○	○																								
			米饭量：大份量	1,052	33.2	51.1	119.2	0.7	○	○	○																								
			米饭量：特大份	1,192	35.5	51.3	152.6	0.7	○	○	○																								
		白萝卜酱和柚子醋炸猪排便当	米饭量：较少的	882	30.8	50.7	78.7	1.8	○	○	○																								
			米饭量：正常尺寸	960	32.1	50.9	97.3	1.8	○	○	○																								
			米饭量：大份量	1,085	34.1	51.1	127.0	1.8	○	○	○																								
			米饭量：特大份	1,225	36.3	51.4	160.3	1.8	○	○	○																								
		菲力炸肉排便当（3块）	米饭量：较少的	569	26.0	24.3	64.8	0.5	○	○	○																								
			米饭量：正常尺寸	647	27.2	24.4	83.4	0.5	○	○	○																								
			米饭量：大份量	772	29.2	24.7	113.0	0.5	○	○	○																								
			米饭量：特大份	913	31.5	24.9	146.4	0.5	○	○	○																								
		白萝卜酱和柚子醋菲力炸肉排便当（3块）	米饭量：较少的	602	26.8	24.3	72.6	1.7	○	○	○																								
			米饭量：正常尺寸	680	28.1	24.5	91.1	1.7	○	○	○																								
			米饭量：大份量	805	30.1	24.7	120.8	1.7	○	○	○																								
			米饭量：特大份	946	32.3	25.0	154.2	1.7	○	○	○																								
		骰子炸猪排便当	米饭量：较少的	920	28.4	50.4	91.0	1.1	○	○	○																								
			米饭量：正常尺寸	998	29.6	50.5	109.5	1.1	○	○	○																								
			米饭量：大份量	1,123	31.6	50.7	139.2	1.1	○	○	○																								
			米饭量：特大份	1,263	33.9	51.0	172.6	1.1	○	○	○																								
		塔塔酱炸鸡便当（3块）	米饭量：较少的	1,038	31.2	69.8	69.9	3.1	○	○	○																								
			米饭量：正常尺寸	1,116	32.5	69.9	88.4	3.1	○	○	○																								
			米饭量：大份量	1,241	34.5	70.1	118.1	3.1	○	○	○																								
			米饭量：特大份	1,381	36.7	70.4	151.5	3.1	○	○	○																								
		炸鸡配萝卜泥和酱油便当（3块）	米饭量：较少的	824	30.3	44.3	75.1	3.2	○	○	○																								
			米饭量：正常尺寸	902	31.5	44.4	93.7	3.2	○	○	○																								
			米饭量：大份量	1,027	33.5	44.7	123.3	3.2	○	○	○																								
			米饭量：特大份	1,167	35.8	44.9	156.7	3.2	○	○	○																								
	棒冰	棒冰（柠檬汽水）		21	0.0	0.0	5.1	0.0																											
		棒冰（甜瓜苏打）		20	0.0	0.0	5.0	0.0																											
		棒冰（苏打）		20	0.0	0.0	5.1	0.0																											
		棒冰（可乐）		19	0.0	0.0	4.7	0.0																											

영양 성분·알레르기 유발물질 일람

메뉴			영양 성분 (한 끼)						알레르기 유발물질																										
			열 량	단 백 질	지 방	탄 수 화 물	식 염 상 당 량	의무표시												권장표시															
								밀	우유	계란	땅콩	메밀	새우	게	호두	전복	오징어	연어알	오렌지	키위	소고기	연어	고등어	콩팥	닭고기	돼지고기	마카다미아	바나나	복숭아	참마	사과	깨	캐슈너트	젤라틴	아몬드
																																			
			(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)																												
정 규 메 뉴	덮 밥	커틀릿 덮밥	밥 소나메	1,003	39.8	57.0	84.8	3.4	○	○	○													○	○										
			공기밥	1,112	41.5	57.2	110.8	3.4	○	○	○													○	○										
			밥 대성	1,221	43.3	57.4	136.8	3.4	○	○	○													○	○										
		더블 커틀릿 덮밥	밥 소나메	1,660	66.4	106.8	111.2	4.4	○	○	○													○	○										
			공기밥	1,769	68.2	107.0	137.2	4.4	○	○	○													○	○										
			밥 대성	1,878	69.9	107.2	163.2	4.4	○	○	○													○	○										
		푸른 파 계자 커틀릿 덮밥	밥 소나메	1,130	49.8	64.4	90.3	5.2	○	○	○													○	○							○			
			공기밥	1,239	51.6	64.6	116.3	5.2	○	○	○													○	○							○			
			밥 대성	1,348	53.3	64.8	142.2	5.2	○	○	○													○	○							○			
		힐레카츠 덮밥	밥 소나메	724	35.8	30.6	78.8	3.2	○	○	○													○	○										
			공기밥	833	37.5	30.8	104.7	3.2	○	○	○													○	○										
			밥 대성	942	39.3	31.0	130.7	3.2	○	○	○													○	○										
	더블 힐레카츠 덮밥		밥 소나메	851	45.8	38.0	84.2	5.0	○	○	○													○	○							○			
			공기밥	960	47.6	38.3	110.2	5.0	○	○	○													○	○							○			
			밥 대성	1,069	49.3	38.5	136.2	5.0	○	○	○													○	○							○			
	더블 계란 ※오른쪽 데이터가 가산됩니다			95	8.2	6.8	0.3	0.3			○																								
	정 식	돈까스 정식	밥 소나메	872	31.3	50.6	75.8	2.3	○	○	○													○	○										
			공기밥	950	32.6	50.8	94.4	2.3	○	○	○													○	○										
			밥 대성	1,074	34.6	51.0	124.1	2.3	○	○	○													○	○										
			밥 특성	1,215	36.8	51.3	157.4	2.3	○	○	○													○	○										
		무 & 폰즈 소스 돈까스 정식	밥 소나메	905	32.2	50.7	83.6	3.4	○	○	○													○	○	○									
			공기밥	983	33.4	50.8	102.2	3.4	○	○	○													○	○	○									
			밥 대성	1,107	35.4	51.1	131.8	3.4	○	○	○													○	○	○									
			밥 특성	1,248	37.7	51.3	165.2	3.4	○	○	○													○	○	○									
		주사위 돈까스 정식	밥 소나메	943	29.7	50.3	95.9	2.7	○	○	○													○	○	○									
			공기밥	1,021	30.9	50.4	114.4	2.7	○	○	○													○	○	○									
			밥 대성	1,146	32.9	50.7	144.1	2.7	○	○	○													○	○	○									
			밥 특성	1,286	35.2	51.0	177.5	2.7	○	○	○													○	○	○									
		힐레카츠 정식(3개)	밥 소나메	592	27.3	24.2	69.7	2.1	○	○	○													○	○	○									
			공기밥	670	28.6	24.4	88.2	2.1	○	○	○													○	○	○									
			밥 대성	795	30.6	24.6	117.9	2.1	○	○	○													○	○	○									
			밥 특성	935	32.8	24.9	151.3	2.1	○	○	○													○	○	○									
		무 & 폰즈 소스 힐레카츠 정식(3개)	밥 소나메	625	28.2	24.3	77.5	3.3	○	○	○													○	○	○									
			공기밥	703	29.4	24.4	96.0	3.3	○	○	○													○	○	○									
			밥 대성	828	31.4	24.7	125.7	3.3	○	○	○													○	○	○									
			밥 특성	968	33.7	24.9	159.1	3.3	○	○	○													○	○	○									
		타르타르 가라아게 정식(3개)	밥 소나메	1,061	32.5	69.7	74.8	4.7	○	○	○													○	○										
			공기밥	1,139	33.8	69.8	93.3	4.7	○	○	○													○	○										
			밥 대성	1,264	35.8	70.1	123.0	4.7	○	○	○													○	○										
			밥 특성	1,404	38.0	70.4	156.4	4.7	○	○	○													○	○										
		무 & 폰즈 소스 가라아게 정식(3개)	밥 소나메	847	31.6	44.2	79.9	4.8	○	○	○													○	○										
			공기밥	925	32.8	44.4	98.5	4.8	○	○	○													○	○										
			밥 대성	1,049	34.8	44.6	128.2	4.8	○	○	○													○	○										
			밥 특성	1,190	37.1	44.9	161.5	4.8	○	○	○													○	○										
아 침	햄에그 정식		밥 소나메	350	16.2	9.4	52.5	2.6		○	○													○		○									
			공기밥	428	17.5	9.5	71.0	2.6		○	○													○		○									
			밥 대성	553	19.5	9.8	100.7	2.6		○	○													○		○									
			밥 특성	693	21.7	10.0	134.1	2.6		○	○													○		○									
	더블햄 달걀 정식		밥 소나메	468	27.6	16.9	53.8	3.5		○	○													○		○									
			공기밥	546	28.8	17.1	72.3	3.5		○	○													○		○									
			밥 대성	671	30.8	17.3	102.0	3.5		○	○													○		○									
			밥 특성	811																															

영양 성분·알레르기 유발물질 일람

메뉴			영양 성분 (한 끼)					알레르기 유발물질																											
			열 량	단 백 질	지 방	탄 수 화 물	식 염 상 당 량	의무표시												권장표시															
								밀	우유	계란	땅콩	메밀	새우	게	호두	전복	오징어	연어알	오렌지	키위	소고기	연어	고등어	콩팥	닭고기	돼지고기	마카다미아	바나나	복숭아	참마	사과	깨	캐슈너트	젤라틴	아몬드
																																			
정 규 메 뉴	도 시 락	돈까스 도시락	밥 소나메	849	30.0	50.7	70.9	0.7	○	○	○																								
			공기밥	927	31.2	50.8	89.5	0.7	○	○	○																								
			밥 대성	1,052	33.2	51.1	119.2	0.7	○	○	○																								
			밥 특성	1,192	35.5	51.3	152.6	0.7	○	○	○																								
		무 & 폰즈 소스 돈까스 도시락	밥 소나메	882	30.8	50.7	78.7	1.8	○	○	○																								
			공기밥	960	32.1	50.9	97.3	1.8	○	○	○																								
			밥 대성	1,085	34.1	51.1	127.0	1.8	○	○	○																								
			밥 특성	1,225	36.3	51.4	160.3	1.8	○	○	○																								
		힐레카츠 도시락(3개)	밥 소나메	569	26.0	24.3	64.8	0.5	○	○	○																								
			공기밥	647	27.2	24.4	83.4	0.5	○	○	○																								
			밥 대성	772	29.2	24.7	113.0	0.5	○	○	○																								
			밥 특성	913	31.5	24.9	146.4	0.5	○	○	○																								
		무 & 폰즈 소스 힐레카츠 도시락(3개)	밥 소나메	602	26.8	24.3	72.6	1.7	○	○	○																								
			공기밥	680	28.1	24.5	91.1	1.7	○	○	○																								
			밥 대성	805	30.1	24.7	120.8	1.7	○	○	○																								
			밥 특성	946	32.3	25.0	154.2	1.7	○	○	○																								
		주사위 돈까스 도시락	밥 소나메	920	28.4	50.4	91.0	1.1	○	○	○																								
			공기밥	998	29.6	50.5	109.5	1.1	○	○	○																								
			밥 대성	1,123	31.6	50.7	139.2	1.1	○	○	○																								
			밥 특성	1,263	33.9	51.0	172.6	1.1	○	○	○																								
		타르타르 가라아게 도시락(3개)	밥 소나메	1,038	31.2	69.8	69.9	3.1	○	○	○																								
			공기밥	1,116	32.5	69.9	88.4	3.1	○	○	○																								
			밥 대성	1,241	34.5	70.1	118.1	3.1	○	○	○																								
			밥 특성	1,381	36.7	70.4	151.5	3.1	○	○	○																								
		무 & 폰즈 소스 가라아게 도시락(3개)	밥 소나메	824	30.3	44.3	75.1	3.2	○	○	○																								
			공기밥	902	31.5	44.4	93.7	3.2	○	○	○																								
			밥 대성	1,027	33.5	44.7	123.3	3.2	○	○	○																								
			밥 특성	1,167	35.8	44.9	156.7	3.2	○	○	○																								
아 이 스 캔 디	아이스캔디(레모나)			21	0.0	0.0	5.1	0.0																											
	아이스캔디(메론소다)			20	0.0	0.0	5.0	0.0																											
	아이스캔디(소다)			20	0.0	0.0	5.1	0.0																											
	아이스캔디(콜라)			19	0.0	0.0	4.7	0.0																											