

# サンマルクカフェ&MICROメニュー別 カロリー・栄養成分・アレルギー一覧表

メニューごとの、アレルギー、カロリーの表示を行っております。  
 アレルギー物質に対する反応には個人差があり、微量な混入でも症状がでることがあります。判断は、専門医にご相談のうえ、  
 お客様ご自身でご判断いただきますようお願いいたします。  
 また、店舗内製造時、調理盛付けの際には細心の注意を払っていますが、器具等の共有により他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。  
 ご理解いただきますようお願いいたします。

メニュー名称	エネルギー 1食あたり (Kcal)	たんぱく質 1食あたり (g)	脂質 1食あたり (g)	炭水化物 1食あたり (g)	食塩相当量 1食あたり (g)	アレルギー品目	原材料に使用 (はちみつ)
<b>サンマルクカフェ</b>							
<b>ドリンク</b>							
シュガー	11	0.0	0.0	3.0	0.0		
ガムシロップ	36	0.0	0.0	9.1	0.0		
ボーションミルク	15	0.2	1.6	0.2	0.0	乳 大豆	
Sサンマルクブレンド	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Rサンマルクブレンド	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Sアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Rアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Sロイヤルミルクティー	81	4.2	3.7	7.5	0.2	乳	
Rロイヤルミルクティー	107	5.5	4.8	9.9	0.2	乳	
Sほうじ茶ラテ	141	3.4	6.8	16.7	0.2	乳	
Rほうじ茶ラテ	184	4.4	8.8	21.9	0.2	乳	
S宇治抹茶ラテ	176	5.4	6.9	24.6	0.2	乳 大豆	
R宇治抹茶ラテ	231	7.0	9.0	32.5	0.2	乳 大豆	
Sベルギーチョコココア	181	3.7	7.4	25.0	0.3	乳 大豆	
Rベルギーチョコココア	229	4.8	9.0	32.0	0.4	乳 大豆	
Sゆず茶	114	0.0	0.0	29.2	0.0		
Rゆず茶	140	0.0	0.0	35.8	0.0		
Sクラムチャウダー	146	4.3	9.1	12.0	1.5	卵 乳 大豆 豚肉	
Rクラムチャウダー	191	5.6	11.8	15.7	1.9	卵 乳 大豆 豚肉	
S紅茶	0	0.0	0.0	0.0	0.0		
R紅茶	0	0.0	0.0	0.0	0.0		
Sカフェラテ	54	2.6	3.1	3.9	0.1	乳	
Rカフェラテ	82	4.0	4.7	6.0	0.1	乳	
Sキャラメルラテ	119	2.7	3.3	20.2	0.2	乳	
Rキャラメルラテ	165	4.1	4.9	26.8	0.2	乳	
Sローストナッツホワイトチョコレートラテ	318	5.8	19.8	29.8	0.3	乳 大豆 落花生 アーモンド*	
Sピスタチオツリーラテ	213	4.4	12.3	21.6	0.3	乳 大豆	
Sアイスコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Rアイスコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Lアイスコーヒー	0	0.0	0.0	0.2	0.0		
Sアイスアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Rアイスアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Lアイスアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
Sアイスティー	0	0.0	0.0	0.0	0.0		
Rアイスティー	0	0.0	0.0	0.0	0.0		
Lアイスティー	0	0.0	0.0	0.0	0.0		
Sアイスロイヤルミルクティー	96	4.9	4.4	8.9	0.2	乳	
Rアイスロイヤルミルクティー	122	6.2	5.5	11.3	0.2	乳	
Lアイスロイヤルミルクティー	147	7.5	6.7	13.6	0.3	乳	
Sアイスほうじ茶ラテ	156	4.3	7.7	17.4	0.2	乳	
Rアイスほうじ茶ラテ	197	5.4	9.7	22.0	0.2	乳	
Lアイスほうじ茶ラテ	238	6.6	11.8	26.6	0.3	乳	
Sアイス宇治抹茶ラテ	206	6.2	8.0	29.1	0.2	乳 大豆	
Rアイス宇治抹茶ラテ	301	9.1	11.7	42.3	0.3	乳 大豆	
Lアイス宇治抹茶ラテ	312	9.4	12.1	43.9	0.3	乳 大豆	
Sアイスベルギーチョコココア	254	4.7	11.5	32.9	0.4	乳 大豆	
Rアイスベルギーチョコココア	301	5.8	13.1	39.9	0.5	乳 大豆	
Lアイスベルギーチョコココア	349	6.9	14.8	47.0	0.6	乳 大豆	
Sオレンジ100%ジュース	98	1.3	0.0	23.2	0.0	オレンジ	
Rオレンジ100%ジュース	124	1.7	0.0	29.3	0.0	オレンジ	
Lオレンジ100%ジュース	150	2.0	0.0	35.4	0.0	オレンジ	
Sアイスゆず茶	153	0.0	0.0	39.0	0.0		
Rアイスゆず茶	191	0.0	0.0	48.8	0.0		
Lアイスゆず茶	229	0.0	0.0	58.5	0.0		
S大阪ミックスジュース	174	3.1	2.7	35.4	0.1	乳 バナナ 桃	
R大阪ミックスジュース	214	3.8	3.4	43.4	0.1	乳 バナナ 桃	
L大阪ミックスジュース	254	4.5	4.0	51.4	0.1	乳 バナナ 桃	
S練乳いちごバナナスムージー	222	6.0	6.1	36.5	0.2	乳 バナナ	
R練乳いちごバナナスムージー	297	8.0	8.1	48.9	0.2	乳 バナナ	
L練乳いちごバナナスムージー	372	10.0	10.2	61.3	0.2	乳 バナナ	
R柚子レモンソーダ	228	0.1	0.1	58.3	0.0		
Sアイスカフェラテ	64	3.2	3.7	4.7	0.1	乳	
Rアイスカフェラテ	81	4.0	4.7	5.9	0.1	乳	
Lアイスカフェラテ	98	4.8	5.7	7.2	0.1	乳	
Sアイスキャラメルラテ	196	3.0	8.6	27.3	0.2	乳 大豆	
Rアイスキャラメルラテ	238	4.2	10.1	33.6	0.3	乳 大豆	
Lアイスキャラメルラテ	273	5.0	11.1	39.4	0.3	乳 大豆	
S一杯立てアイスコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
R一杯立てアイスコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
L一杯立てアイスコーヒー	0	0.0	0.0	0.2	0.0		
S一杯立てアイスアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
R一杯立てアイスアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
L一杯立てアイスアメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
S一杯立てアイスカフェラテ	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
R一杯立てアイスカフェラテ	82	4.0	4.7	6.0	0.1	乳	
L一杯立てアイスカフェラテ	99	4.8	5.7	7.3	0.1	乳	
S一杯立てアイスキャラメルラテ	207	3.5	9.2	28.1	0.2	乳 大豆	
R一杯立てアイスキャラメルラテ	242	4.4	10.3	33.9	0.3	乳 大豆	
L一杯立てアイスキャラメルラテ	277	5.2	11.3	39.7	0.3	乳 大豆	
Sほうじ茶ホワイトショコラ	248	6.8	13.9	24.1	0.3	乳 大豆	
Rほうじ茶ホワイトショコラ	311	8.6	17.4	30.2	0.4	乳 大豆	
Lほうじ茶ホワイトショコラ	373	10.4	20.8	36.3	0.5	乳 大豆	
Sおいもラテ	237	3.5	9.3	35.4	0.2	乳 大豆	
Sアイスおいもラテ	244	3.7	7.5	41.0	0.2	乳 大豆	

メニュー名称	エネルギー 1食あたり (Kcal)	たんぱく質 1食あたり (g)	脂質 1食あたり (g)	炭水化物 1食あたり (g)	食塩相当量 1食あたり (g)	アレルゲン品目	原材料に使用 (はちみつ)
S 濃いお抹茶白玉スムージー	301	5.2	10.8	47.8	0.2	乳 大豆	
S 濃いお抹茶白玉ラテ	286	6.0	10.7	43.0	0.2	乳 大豆	
S ローストナッツホワイトチョコレートスムージー	352	4.0	20.5	38.9	0.3	乳 大豆 落花生 アーモンド	
S チョコレートトナカイスムージー	382	4.3	25.3	34.5	0.2	乳 大豆	
S スイートポテトスムージー ムーン	427	3.5	22.8	52.8	0.4	卵 乳 大豆	
S ハートトッピングショコララテ	336	4.9	23.8	25.6	0.2	乳 大豆	
S ハートトッピングショコラスムージー	406	3.4	23.5	47.7	0.1	乳 大豆	
S トリプル・メルティホットチョコレート	396	7.3	25.9	33.5	0.2	乳 大豆	
S トリプル・メルティチョコレートスムージー	447	7.0	26.9	44.3	0.2	乳 大豆	
S 塩バナナコーヒーゼリースムージー	323	3.9	20.3	31.7	0.4	卵 乳 大豆 ゼラチン	
S あまおうイチゴミルク	398	3.5	31.0	26.9	0.2	乳 大豆	
S T H E あまおう贅沢いちごスムージー	202	0.8	3.4	45.5	0.1	乳 大豆 ゼラチン	
ゆずハイボール	218	0.0	0.0	26.0	0.0		
カシスオレンジ	239	1.3	0.0	46.8	0.0	オレンジ	
カシスリッキー	147	0.1	0.1	25.4	0.0		
ザッポロ生ビール	120	0.9	0.0	9.0	0.0		
サントリー角ハイボール	123	0.1	0.1	1.7	0.0		
<b>サンド</b>							
バストラミボーク&野菜サンド	362	11.5	17.9	38.4	2.1	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 りんご	
ハム&タマゴサンド	348	13.7	15.8	37.7	2.2	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 ゼラチン りんご	
たっぷりタマゴサンド	433	14.2	25.3	36.9	2.3	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン りんご	
蒸し鶏とアボカド&タマゴサンド	382	14.2	19.5	37.6	1.7	卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン りんご	
ホットサンド ハムチーズ	433	15.6	22.4	42.1	2.4	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 りんご	
ホットサンド B L T	456	15.8	24.5	42.9	2.7	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 りんご	
ホットサンド ベーコンエッグ	457	15.8	24.9	42.4	2.5	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 ゼラチン りんご	
サラダチキンと彩り野菜サンド	323	12.4	13.4	38.9	1.6	卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン りんご	
<b>パン</b>							
チョコクロ	250	3.6	14.2	27.4	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
アメリカンチョコクロ	581	7.6	33.0	64.4	1.1	卵 乳 小麦 大豆	
藤山ホワイトチョコクロ	258	3.9	14.8	27.5	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
無料 ミニチョコクロ	125	1.9	7.1	13.7	0.3	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ アーモンドフレンチ	374	6.3	22.5	37.6	0.6	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
プレミアムチョコクロ チョコ&バナナ	310	4.6	16.1	37.9	0.6	卵 乳 小麦 大豆 バナナ アーモンド	
プレミアムチョコクロ ウォルナッツメーブルホワイト	300	4.7	17.5	31.6	0.6	卵 乳 小麦 大豆 くるみ	
プレミアムチョコクロ ビスタチオベリー	301	4.2	17.1	33.0	0.6	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
プレミアムチョコクロ 紫いも	262	4.2	12.7	33.4	0.6	卵 乳 小麦 大豆 ごま	
プレミアムチョコクロ 黒豆きなこもち	315	5.7	15.4	38.8	0.7	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ ゴールドメルティショコラ	253	4.0	14.1	27.5	0.4	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ ダブル抹茶	300	4.2	16.9	32.9	0.8	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ アールグレイ	296	4.2	16.6	32.9	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ シルバーメルティホワイトショコラ	257	4.1	14.4	27.8	0.4	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ ビスタチオショコラケーキ	314	4.6	18.5	32.4	0.6	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
ダブルチョコクロ チョコ	261	3.9	15.1	27.9	0.6	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
ダブルチョコクロ ホワイト	294	4.2	17.3	30.7	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
ダブルチョコクロ 抹茶	255	3.7	14.5	27.8	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
ダブルチョコクロ ストロベリー	257	3.7	14.5	28.1	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
じゃがバターデニッシュ	238	4.1	15.1	21.6	0.9	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	
フレンチトースト	300	7.8	12.6	38.6	0.8	卵 乳 小麦 大豆	
自家製キッシュ グリル野菜&トマト	315	8.1	21.0	23.1	1.3	卵 乳 小麦 大豆 鶏肉	
バターデニッシュ	462	6.7	29.9	42.1	1.1	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
ウィンナークロワッサン	286	7.6	19.4	20.4	1.5	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 りんご	
やみつきドッグ	353	13.8	17.0	36.5	2.0	小麦 大豆 豚肉 ゼラチン りんご	
ビーフシチューパン	255	8.9	8.5	36.2	1.9	卵 乳 小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	
目玉焼きデニッシュ	422	11.9	32.6	19.2	1.5	卵 乳 小麦 大豆 豚肉	
あらかきウィンナー	291	6.3	21.2	18.9	1.2	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 ゼラチン りんご	
なが〜いクロックムッシュ	208	10.9	9.5	22.6	1.2	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉	
たまご焼きチーズ	393	11.2	27.7	23.9	1.7	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン りんご	
シャイアント明太じゃがデニッシュ	466	9.8	28.0	43.8	2.2	卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン	
薄皮焼きカレーパン	238	10.4	9.0	29.1	1.9	乳 小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご	
サンマルクビザトースト	399	15.2	13.1	55.6	3.0	卵 乳 小麦 大豆 豚肉	
グリル野菜のタルティーヌ	212	7.9	7.8	27.5	1.6	乳 小麦 大豆 鶏肉	
シナモン&シナモン	429	7.1	14.2	68.4	0.7	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
ロータスクッキーチョコマフィン	302	4.5	17.7	31.0	0.1	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
プレミアムチョコクロ しあわせのいちごみるく	276	3.7	15.3	31.3	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
彩り野菜のチーズフォカッチャ	239	9.5	8.4	32.5	1.6	乳 小麦	
<b>デザート</b>							
ビスビー ビーナッツ	136	3.9	6.2	16.4	0.3	卵 小麦 大豆 落花生	
ビスビー かぼちゃ	141	4.4	6.9	15.2	0.3	卵 乳 小麦 大豆	
はちみつせらまめ	114	3.4	4.0	16.3	0.2	大豆	はちみつ
デニブラン キャラメルナッツ	672	11.3	41.1	66.0	1.3	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
デニブラン チョコバナナ	651	10.2	37.2	70.0	1.3	卵 乳 小麦 大豆 バナナ アーモンド	
デニブラン 黒みつマロン	732	10.8	41.1	80.6	1.3	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
デニブラン ストロベリーショコラ	644	10.3	38.8	64.2	1.3	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
シュークロ ダブルクリーム	300	4.6	19.8	26.1	0.6	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン	
シュークロ チョコクランシ	294	5.4	16.5	31.0	0.7	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン	
シュークロ 抹茶	290	4.2	17.5	29.6	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
シュガードーナツ	251	4.0	11.8	31.7	0.7	卵 乳 小麦 大豆	
シュガードーナツダブルクリーム	323	5.0	16.8	37.4	0.7	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン	
シュガードーナツチョコ	325	4.5	17.1	37.9	0.7	卵 乳 小麦 大豆	
シュガードーナツ宇治抹茶	252	4.0	11.9	31.8	0.7	卵 乳 小麦 大豆	
シュガードーナツクランシ	261	4.1	12.3	33.1	0.7	卵 乳 小麦 大豆	
シュガードーナツアーモンド	275	4.8	13.9	32.6	0.7	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド	
コーヒーゼリーバフェ	254	6.4	8.7	37.9	0.2	乳 ゼラチン	
ショコラバナナバフェ	320	5.5	13.1	45.7	0.4	卵 乳 小麦 大豆 バナナ	
カラメルモンブランバフェ	381	6.4	16.1	53.3	0.4	卵 乳 小麦 大豆 かーナッツ	
いちごバフェ	296	5.6	11.8	42.8	0.4	卵 乳 小麦 大豆	
わらびもちバフェ	337	4.4	7.2	64.1	0.3	乳	はちみつ
キッズセット	429	7.0	20.2	55.1	0.7	卵 乳 小麦 大豆 オレンジ	
<b>パスタ</b>							
牛肉と丸糸ネギの和風パスタ	712	19.9	27.2	89.5	4.4	卵 小麦 大豆 ごま さば 牛肉 りんご	
海老と帆立のトマトクリームパスタ	587	25.3	15.2	82.2	3.6	卵 乳 小麦 大豆 えび 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	
3種チーズの濃厚カルボナーラ	681	21.3	28.0	80.8	3.8	卵 乳 小麦 大豆 牛肉	
<b>ドリア</b>							
ミートソースドリア	571	17.2	28.5	58.5	3.2	卵 乳 小麦 大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン りんご	
ヤリイカと海老のトマトクリームドリア	512	19.4	21.8	57.1	3.2	卵 乳 小麦 大豆 いか えび 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン りんご	
もちとチーズの明太子ドリア	537	13.7	22.5	67.1	4.0	卵 乳 小麦 大豆 さば 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン りんご	
<b>サイドメニュー</b>							

メニュー名称	エネルギー 1食あたり (Kcal)	たんぱく質 1食あたり (g)	脂質 1食あたり (g)	炭水化物 1食あたり (g)	食塩相当量 1食あたり (g)	アレルギー品目	原材料に使用 (はちみつ)
クラッカー 柚子ジャム添え	144	1.8	2.2	29.9	0.3	卵 小麦 大豆 りんご	
トマトスライス	54	0.5	4.7	3.1	0.5		
生ハムカマンベール	195	11.9	16.0	0.6	1.7	乳 豚肉	
ソーセージ 粒マスタード添え	375	11.7	34.9	3.6	2.3	豚肉 ゼラチン	
明太ポトのチーズ焼き	406	10.9	33.2	16.1	2.6	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン	
クリルアスバラの温玉のせ	151	10.1	11.2	3.1	1.5	卵 乳 豚肉	
ベーコンとほうれん草のソテー	139	5.4	11.5	5.1	1.1	卵 乳 大豆 豚肉	
とろ〜りカマンベールのアピージョ	736	26.5	68.8	4.4	2.1	乳 小麦 大豆	
ミックスナッツ	390	12.7	26.0	26.6	0.4	卵 乳 小麦 大豆 落花生 くるみ カシューナッツ アーモンド*	
その他							
ゆず瓶 1kg	2,504	0.0	0.0	638.4	0.0		
ドリップコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
ドリップコーヒー 1箱	0	0.0	0.0	0.5	0.0		
クラムチャウダー 1袋	160	4.7	9.9	13.1	1.6	卵 乳 大豆 豚肉	
チョコロラスク 1袋	275	3.0	16.0	29.0	0.5	乳 小麦 大豆	
ザンマルクカフェ MICRO							
ドリンク							
ホットコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
カフェラテ	47	2.3	2.7	3.5	0.1	乳	
紅茶	0	0.0	0.0	0.0	0.0		
ブレンド	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
アメリカン	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
カフェラテ	82	4.0	4.7	6.0	0.1	乳	
キャラメルラテ	165	4.1	4.9	26.8	0.2	乳	
ロイヤルミルクティー	107	5.5	4.8	9.9	0.2	乳	
ベルギーチョコココア	229	4.8	9.0	32.0	0.4	乳 大豆	
アイスコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
アイスカフェラテ	51	2.5	2.9	3.8	0.1	乳	
アイ스티ー	0	0.0	0.0	0.0	0.0		
アイスアメリカンコーヒー	0	0.0	0.0	0.1	0.0		
アイスキャラメルラテ	242	4.4	10.3	33.9	0.3	乳 大豆	
アイスロイヤルミルクティー	122	6.2	5.5	11.3	0.2	乳	
アイスベルギーチョコココア	301	5.8	13.1	39.9	0.5	乳 大豆	
練乳いちごバナナスムージー	297	8.0	8.1	48.9	0.2	乳 バナナ	
りんごゼリーティー	105	0.2	0.0	27.5	0.1	りんご	
バナナコッタミルクティー	229	6.7	7.9	32.5	0.3	乳 大豆	
大瓶ミックスジュース	214	3.8	3.4	43.4	0.1	乳 バナナ 桃	
Sローストナッツホワイトチョコレートラテ	318	5.8	19.8	29.8	0.3	乳 大豆 落花生 アーモンド*	
Sビスタチオツリーラテ	213	4.4	12.3	21.6	0.3	乳 大豆	
Sおいもラテ	237	3.5	9.3	35.4	0.2	乳 大豆	
Sアイスおいもラテ	244	3.7	7.5	41.0	0.2	乳 大豆	
Sローストナッツホワイトチョコレートスムージー	352	4.0	20.5	38.9	0.3	乳 大豆 落花生 アーモンド*	
Sチョコレートナカイスムージー	382	4.3	25.3	34.5	0.2	乳 大豆	
Sスイートポテトスムージー ムーン	427	3.5	22.8	52.8	0.4	卵 乳 大豆	
S濃いお抹茶白玉スムージー	301	5.2	10.8	47.8	0.2	乳 大豆	
S濃いお抹茶白玉ラテ	286	6.0	10.7	43.0	0.2	乳 大豆	
Sハートトッピングショコララテ	336	4.9	23.8	25.6	0.2	乳 大豆	
Sハートトッピングショコラスムージー	406	3.4	23.5	47.7	0.1	乳 大豆	
Sトリプル・メルティホットチョコレート	396	7.3	25.9	33.5	0.2	乳 大豆	
Sトリプル・メルティチョコレートスムージー	447	7.0	26.9	44.3	0.2	乳 大豆	
S塩バニラコーヒーゼリースムージー	323	3.9	20.3	31.7	0.4	卵 乳 大豆 ゼラチン	
Sあまおうイチゴミルク	398	3.5	31.0	26.9	0.2	乳 大豆	
S T H E あまおう贅沢いちごスムージー	202	0.8	3.4	45.5	0.1	乳 大豆 ゼラチン	
サンド							
バストラミボーク&野菜サンド	374	12.2	18.2	40.1	2.3	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 りんご	
ハム&たまごサンド	350	12.6	15.3	40.4	2.5	卵 乳 小麦 大豆 豚肉 ゼラチン りんご	
パン							
チョコクロ	250	3.6	14.2	27.4	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ アーモンドフレンチ	374	6.3	22.5	37.6	0.6	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド*	
プレミアムチョコクロ チョコ&バナナ	310	4.6	16.1	37.9	0.6	卵 乳 小麦 大豆 バナナ アーモンド*	
プレミアムチョコクロ チーズケーキ	344	5.8	20.0	35.5	0.9	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ ダブル抹茶	300	4.2	16.9	32.9	0.8	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ ウォルナッツメープルホワイト	300	4.7	17.5	31.6	0.6	卵 乳 小麦 大豆 くるみ	
プレミアムチョコクロ ビスタチオベリー	301	4.2	17.1	33.0	0.6	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド*	
プレミアムチョコクロ 黒豆きなこもち	315	5.7	15.4	38.8	0.7	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ ゴールドメルティショコラ	253	4.0	14.1	27.5	0.4	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ アールグレイ	296	4.2	16.6	32.9	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ シルバーメルティホワイトショコラ	257	4.1	14.4	27.8	0.4	卵 乳 小麦 大豆	
プレミアムチョコクロ ビスタチオショコラケーキ	314	4.6	18.5	32.4	0.6	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド*	
プレミアムチョコクロ しあわせのいちごみるく	276	3.7	15.3	31.3	0.6	卵 乳 小麦 大豆	
ミニチョコクロ	125	1.9	7.1	13.7	0.3	卵 乳 小麦 大豆	
ミニダマンドチョコクロ	152	2.3	9.1	15.7	0.3	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド*	
ミニクロワッサン プレーン	102	1.6	6.3	9.8	0.3	卵 乳 小麦 大豆	
ミニクロワッサン ダマンド	126	2.0	8.0	11.8	0.3	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド*	
ミニクロワッサン 明太子	115	2.4	7.7	9.1	0.5	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン	
ミニクロワッサン さつまいも	106	1.7	5.6	12.2	0.3	卵 乳 小麦 大豆 ごま	
ミニクロワッサン 抹茶	105	2.1	4.8	13.6	0.3	卵 乳 小麦 大豆	
ミニクロワッサン ダブル抹茶	136	1.9	8.1	14.1	0.4	卵 乳 小麦 大豆	
ミニクロワッサン ラズベリー	101	1.6	4.7	13.4	0.3	卵 乳 小麦 大豆	
ミニクロワッサン アールグレイ	130	1.9	7.8	13.3	0.3	卵 乳 小麦 大豆	
デザート							
どらクリーム あずき	333	6.4	9.0	56.5	0.3	卵 乳 小麦 大豆	はちみつ
どらクリーム バナナ	285	5.1	7.6	49.2	0.3	卵 乳 小麦 大豆 バナナ	はちみつ
どらクリーム 栗	327	5.4	10.3	53.0	0.3	卵 乳 小麦 大豆	はちみつ
どらクリーム かぼちゃ	314	5.4	8.8	53.5	0.3	卵 乳 小麦 アーモンド*	はちみつ
クロッシュー プレーン	314	4.9	20.4	27.9	0.6	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン アーモンド*	
クロッシュー チョコクランチ	353	5.7	20.6	36.5	0.7	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン	
クロッシュー モンブラン	320	5.2	17.6	35.4	0.6	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン	
バイクドチーズケーキ	281	4.8	17.5	25.9	0.4	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド*	
ロールケーキ キウイ	302	3.6	21.1	24.8	0.1	卵 乳 小麦 大豆 キウイ	はちみつ
ロールケーキ バナナ	330	3.8	22.0	29.7	0.1	卵 乳 小麦 大豆 バナナ	
アップルタルトケーキ	145	1.9	4.4	23.8	0.1	卵 小麦 オレンジ りんご	
クッキーシューブレッド ダブルクリーム	337	5.7	21.1	31.1	0.6	卵 乳 小麦 大豆 ゼラチン アーモンド*	
クッキーシューブレッド チョコクランチ	368	5.1	22.4	36.4	0.7	卵 乳 小麦 大豆 アーモンド*	
その他							
ゆず瓶 1kg	2,504	0.0	0.0	638.4	0.0		
ドリップコーヒー 1箱	0	0.0	0.0	0.5	0.0		
クラムチャウダー 1袋	160	4.7	9.9	13.1	1.6	卵 乳 大豆 豚肉	

メニュー名称	エネルギー 1食あたり (Kcal)	たんぱく質 1食あたり (g)	脂質 1食あたり (g)	炭水化物 1食あたり (g)	食塩相当量 1食あたり (g)	アレルギー品目	原材料に使用 (はちみつ)
チョコクロラスク1袋	275	3.0	16.0	29.0	0.5	乳 小麦 大豆	

※アレルギー表示項目は、食品表示法にて表示が義務付けられている7品目と、表示を推奨されている21品目について表示しております。

※法令で表示義務とされている食品7品目  
卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生

※表示を奨励されている食品21品目  
いくら、キウイフルーツ、くるみ、大豆、カシューナッツ、バナナ、やまいも、もも、りんご、さば、ごま、さけ、いか、鶏肉、ゼラチン、豚肉、オレンジ、牛肉、あわび、まつたけ、アーモンド

※アレルギー表示とは別枠に、「はちみつ」を使用しているメニューが分かるように追加しています。

※カロリー、栄養成分の計算は「日本食品標準成分表」に基づき、各食材のカロリー、栄養成分の合算により表示を行っております。調理条件によって異なる場合もございますので目安としてください。

※商品の改良・規格変更に伴い、予告無く使用原材料を変更する場合がございます。情報は随時変更しておりますのでご確認ください。

※アレルギーに関してのご相談は、各店舗にて対応させていただきますので、お気軽にお問合せください。