

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。ご理解いただけますようお願いいたします。

メニュー名称	アレルギー品目							原材料に使用 (はちみつ)	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)
	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに						
サンマルクカフェ													
ホットドリンク													
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		乳							81	4.2	3.7	7.5	0.2
Rロイヤルミルクティー		乳							107	5.5	4.8	9.9	0.2
S宇治抹茶ラテ		乳						大豆	176	5.4	6.9	24.6	0.2
R宇治抹茶ラテ		乳						大豆	231	7.0	9.0	32.5	0.2
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		乳							54	2.6	3.1	3.9	0.1
Rカフェラテ		乳							82	4.0	4.7	6.0	0.1
Sほうじ茶ラテ		乳							141	3.4	6.8	16.7	0.2
Rほうじ茶ラテ		乳							184	4.4	8.8	21.9	0.2
Sヘルシーチョコココア		乳						大豆	181	3.7	7.4	25.0	0.3
Rヘルシーチョコココア		乳						大豆	229	4.8	9.0	32.0	0.4
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	卵	乳						大豆 豚肉	146	4.3	9.1	12.0	1.5
Rクラムチャウダー	卵	乳						大豆 豚肉	191	5.6	11.8	15.7	1.9
Sキャラメルラテ		乳							119	2.7	3.3	20.2	0.2
Rキャラメルラテ		乳							165	4.1	4.9	26.8	0.2
Sおいもラテ		乳						大豆	237	3.5	9.3	35.4	0.2
Sハートツピングショコララテ		乳						大豆	336	4.9	23.8	25.6	0.2
Sトリプル・メルティホワイトチョコレート		乳						大豆	396	7.3	25.9	33.5	0.2
Sあまおうイチゴミルク		乳						大豆	398	3.5	31.0	26.9	0.2
アイスドリンク													
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		乳							96	4.9	4.4	8.9	0.2
Rアイスロイヤルミルクティー		乳							122	6.2	5.5	11.3	0.2
Lアイスロイヤルミルクティー		乳							147	7.5	6.7	13.6	0.3
Sアイスカフェラテ		乳							64	3.2	3.7	4.7	0.1
Rアイスカフェラテ		乳							81	4.0	4.7	5.9	0.1
Lアイスカフェラテ		乳							98	4.8	5.7	7.2	0.1
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		乳							65	3.2	3.7	4.8	0.1
R一杯立てアイスカフェラテ		乳							82	4.0	4.7	6.0	0.1
L一杯立てアイスカフェラテ		乳							99	4.8	5.7	7.3	0.1
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アイスほうじ茶ラテ		乳							156	4.3	7.7	17.4	0.2
Rアイスほうじ茶ラテ		乳							197	5.4	9.7	22.0	0.2
Lアイスほうじ茶ラテ		乳							238	6.6	11.8	26.6	0.3
Sアイス宇治抹茶ラテ		乳						大豆	206	6.2	8.0	29.1	0.2
Rアイス宇治抹茶ラテ		乳						大豆	301	9.1	11.7	42.3	0.3
Lアイス宇治抹茶ラテ		乳						大豆	312	9.4	12.1	43.9	0.3
Sアイスヘルシーチョコココア		乳						大豆	254	4.7	11.5	32.9	0.4
Rアイスヘルシーチョコココア		乳						大豆	301	5.8	13.1	39.9	0.5
Lアイスヘルシーチョコココア		乳						大豆	349	6.9	14.8	47.0	0.6
Sオレンジ100%ジュース								オレンジ	98	1.3	0.0	23.2	0.0
Rオレンジ100%ジュース								オレンジ	124	1.7	0.0	29.3	0.0
Lオレンジ100%ジュース								オレンジ	150	2.0	0.0	35.4	0.0
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大瓶ミックスジュース		乳						バナナ 桃	174	3.1	2.7	35.4	0.1
R大瓶ミックスジュース		乳						バナナ 桃	214	3.8	3.4	43.4	0.1
L大瓶ミックスジュース		乳						バナナ 桃	254	4.5	4.0	51.4	0.1
S練乳いちごバナナスムージー		乳						バナナ	222	6.0	6.1	36.5	0.2
R練乳いちごバナナスムージー		乳						バナナ	297	8.0	8.1	48.9	0.2
L練乳いちごバナナスムージー		乳						バナナ	372	10.0	10.2	61.3	0.2
R柚子レモンソーダ									228	0.1	0.1	58.3	0.0
Sアイスキャラメルラテ		乳						大豆	196	3.0	8.6	27.3	0.2
Rアイスキャラメルラテ		乳						大豆	238	4.2	10.1	33.6	0.3
Lアイスキャラメルラテ		乳						大豆	273	5.0	11.1	39.4	0.3
S一杯立てアイスキャラメルラテ		乳						大豆	207	3.5	9.2	28.1	0.2
R一杯立てアイスキャラメルラテ		乳						大豆	242	4.4	10.3	33.9	0.3
L一杯立てアイスキャラメルラテ		乳						大豆	277	5.2	11.3	39.7	0.3
Sスイートポテトスムージー ムーン	卵	乳						大豆	427	3.5	22.8	52.8	0.4
Rスイートポテトスムージー ムーン	卵	乳						大豆	244	3.7	7.5	41.0	0.2
Lスイートポテトスムージー ムーン	卵	乳						大豆	406	3.4	23.5	47.7	0.1
Sトリプル・メルティホワイトチョコレートスムージー	卵	乳						大豆	447	7.0	26.9	44.3	0.2
Rトリプル・メルティホワイトチョコレートスムージー	卵	乳						大豆 ゼラチン	323	3.9	20.3	31.7	0.4
Lトリプル・メルティホワイトチョコレートスムージー	卵	乳						大豆 ゼラチン	202	0.8	3.4	45.5	0.1
Sフレッシュ! DXバナナスムージー		乳						バナナ	255	3.6	9.7	39.7	0.1
Rフレッシュ! DXバナナスムージー		乳						バナナ	235	2.7	5.0	46.0	0.1
Lフレッシュ! DXバナナスムージー		乳						バナナ	291	2.6	5.8	61.1	0.2
Sメロンスムージーwith h北海道ミルクソフトクリーム		乳						大豆	165	0.4	0.2	42.3	0.0
Rメロンスムージーwith h北海道ミルクソフトクリーム		乳						りんご	253	2.5	5.3	50.2	0.1
Lメロンスムージーwith h北海道ミルクソフトクリーム		乳						りんご	253	2.5	5.3	50.2	0.1
デザート													
ビスビー ピーナッツ	卵		小麦		落			大豆	136	3.9	6.2	16.4	0.3
ビスビー かばちゃ	卵	乳	小麦					大豆	141	4.4	6.9	15.2	0.3
はちみつそらまめ								大豆	114	3.4	4.0	16.3	0.2
デニブラン キャラメルナッツ	卵	乳	小麦					大豆 アーモンド*	672	11.3	41.1	66.0	1.3
デニブラン チョコバナナ	卵	乳	小麦					大豆 バナナ アーモンド*	651	10.2	37.2	70.0	1.3
デニブラン 黒みつマロン	卵	乳	小麦					大豆 アーモンド*	732	10.8	41.1	80.6	1.3
コーヒセリーバフェ		乳						ゼラチン	254	6.4	8.7	37.9	0.2
ショコラバナナバフェ	卵	乳	小麦					大豆 バナナ	320	5.5	13.1	45.7	0.4

メニュー名称	アレルゲン品目								原材料に使用 (はちみつ)	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)
	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ						
紅茶									0	0.0	0.0	0.0	0.0	
ブレンド									0	0.0	0.0	0.0	0.1	
アメリカン									0	0.0	0.0	0.1	0.0	
カフェラテ		乳							82	4.0	4.7	6.0	0.1	
ロイヤルミルクティー		乳							107	5.5	4.8	9.9	0.2	
アイスドリンク														
アイスコーヒー									0	0.0	0.0	0.1	0.0	
アイスカフェラテ		乳							51	2.5	2.9	3.8	0.1	
アイスティー									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	
アイスロイヤルミルクティー		乳							122	6.2	5.5	11.3	0.2	
デザート														
シュークロ ダブルクリーム		卵	乳	麦				大豆	300	4.6	19.8	26.1	0.6	
シュークロ チョコクランチ		卵	乳	麦				大豆	294	5.4	16.5	31.0	0.7	
ホットドリンク														
キャラメルラテ		乳							165	4.1	4.9	26.8	0.2	
ベルギーチョコココア		乳						大豆	229	4.8	9.0	32.0	0.4	
Sおいらテ		乳						大豆	237	3.5	9.3	35.4	0.2	
Sハートトッピングショコララテ		乳						大豆	336	4.9	23.8	25.6	0.2	
Sトリプル・メルティホットチョコレート		乳						大豆	396	7.3	25.9	33.5	0.2	
Sあまおうイチゴミルク		乳						大豆	398	3.5	31.0	26.9	0.2	
アイスドリンク														
アイスキャラメルラテ		乳						大豆	242	4.4	10.3	33.9	0.3	
アイスベルギーチョコココア		乳						大豆	301	5.8	13.1	39.9	0.5	
練乳いちごバナナスムージー		乳						バナナ	297	8.0	8.1	48.9	0.2	
りんごゼリーティー								りんご	105	0.2	0.0	27.5	0.1	
バナナottaミルクティー		乳						大豆	229	6.7	7.9	32.5	0.3	
大阪ミックスジュース		乳						バナナ 桃	214	3.8	3.4	43.4	0.1	
Sチョコレートトナカイスムージー		乳						大豆	382	4.3	25.3	34.5	0.2	
Sスイートポテトスムージー ムーン		卵	乳					大豆	427	3.5	22.8	52.8	0.4	
Sアイスおいらテ		乳						大豆	244	3.7	7.5	41.0	0.2	
Sハートトッピングショコラスムージー		乳						大豆	406	3.4	23.5	47.7	0.1	
Sトリプル・メルティチョコレートスムージー		乳						大豆	447	7.0	26.9	44.3	0.2	
S塩バナナコーヒゼリースムージー		卵	乳					大豆	323	3.9	20.3	31.7	0.4	
S T H E あまおう贅沢いちごスムージー		乳						大豆	202	0.8	3.4	45.5	0.1	
Sフレッシュ! DXバナナスムージー		乳						バナナ	255	3.6	9.7	39.7	0.1	
Sフレッシュ! DXチョコバナナスムージー		乳						大豆	256	2.4	8.4	44.8	0.1	
サンド														
バストラミボーク&野菜サンド		卵	乳	麦				大豆	374	12.2	18.2	40.1	2.3	
ハム&タマゴサンド		卵	乳	麦				大豆	348	13.7	15.8	37.7	2.2	
パン														
チョコクロ		卵	乳	麦				大豆	247	3.6	14.0	27.0	0.6	
プレミアムチョコクロ アーモンドフレンチ		卵	乳	麦				大豆	371	6.3	22.4	37.3	0.6	
プレミアムチョコクロ チョコ&バナナ		卵	乳	麦				大豆	307	4.6	15.9	37.5	0.6	
プレミアムチョコクロ チーズケーキ		卵	乳	麦				大豆	344	5.8	20.0	35.5	0.9	
ミニチョコクロ		卵	乳	麦				大豆	124	1.8	7.0	13.5	0.3	
ミニダイヤモンドチョコクロ		卵	乳	麦				大豆	151	2.2	9.0	15.5	0.3	
ミニクロワッサン フレーン		卵	乳	麦				大豆	102	1.6	6.3	9.8	0.3	
ミニクロワッサン ダマンド		卵	乳	麦				大豆	126	2.0	8.0	11.8	0.3	
ミニクロワッサン 明太子		卵	乳	麦				大豆	115	2.4	7.7	9.1	0.5	
プレミアムチョコクロ ウォルナッツマーブルホワイト		卵	乳	麦				大豆	300	4.7	17.5	31.6	0.6	
ミニクロワッサン ダブル抹茶		卵	乳	麦				大豆	136	1.9	8.1	14.1	0.3	
プレミアムチョコクロ ダブル抹茶		卵	乳	麦				大豆	299	4.2	16.9	32.9	0.6	
プレミアムチョコクロ ビスタチオベリー		卵	乳	麦				大豆	301	4.2	17.1	33.0	0.6	
ミニクロワッサン ラズベリー		卵	乳	麦				大豆	101	1.6	4.7	13.4	0.3	
プレミアムチョコクロ ゴールドメルティショコラ		卵	乳	麦				大豆	253	4.0	14.1	27.5	0.4	
プレミアムチョコクロ アールグレイ		卵	乳	麦				大豆	296	4.2	16.6	32.9	0.6	
ミニクロワッサン アールグレイ		卵	乳	麦				大豆	130	1.9	7.8	13.3	0.3	
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		卵	乳	麦				大豆	257	4.1	14.4	27.8	0.4	
プレミアムチョコクロ ビスタチオショコラケーキ		卵	乳	麦				大豆	314	4.6	18.5	32.4	0.6	
プレミアムチョコクロ しあわせのいちごみるく		卵	乳	麦				大豆	276	3.7	15.3	31.3	0.6	
その他														
ゆず缶 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		卵	乳					大豆	160	4.7	9.9	13.1	1.6	
チョコクロラスク1袋			乳	麦				大豆	275	3.0	16.0	29.0	0.5	

※アレルゲン表示項目は、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

※アレルゲン表示とは別特に、「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。

※アレルゲンに関するご相談は、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。