

2025年10月度 ポポラマーマ アレルギー一覧表

※アレルギー品目について、28品目に対して表示しております。
「卵・乳・小麦・そば・落花生・エビ・カニ・あわび・いか・いくら・さけ・さば・オレンジ・キュウイ・バナナ・モモ・りんご・大豆・豚肉・牛肉・鶏肉・ゼラチン・まつたけ・くるみ・山羊・カシューナッツ・ごま・アーモンド」
※すべての栄養成分は、原材料及び調理に関わる副原料の栄養成分の各値を合計した標準値を表示しております。食料・調理状況により誤差が生じる場合がございますので、目安の数値としてください。

商品番号	トマトソース	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
1	トマトとニンニク	660kcal	4.3g	15.6g	26.3g	90.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
2	レジャーマスターズと吊るしベーコンのアマトリチャーナ	753kcal	5.0g	24.4g	32.4g	92.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
3	ナスと吊るしベーコンのアラビアータ	748kcal	4.9g	19.1g	34.0g	91.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
4	十勝産カマンベールとモッツアレラのトマトソース	723kcal	4.6g	21.6g	31.4g	89.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
5	全粒粉入り生パスタ 十勝産カマンベールとモッツアレラのトマトソース	677kcal	4.0g	20.7g	31.3g	81.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
6	海の幸ベスカトーレ	740kcal	5.5g	42.3g	27.1g	90.4g	卵 / 乳 / 小麦 / エビ / 大豆 / 鶏肉
7	よくばりアラビアータ	799kcal	6.0g	22.6g	34.7g	97.6g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
8	ソーセージのナポリタン	703kcal	4.9g	19.8g	24.8g	93.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
9	よくばりナポリタン	758kcal	5.7g	22.3g	29.4g	99.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
10	本格ボロネーゼ	545kcal	4.9g	20.7g	11.7g	89.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
11	ナスとチーズのボロネーゼ	742kcal	5.7g	26.1g	29.8g	92.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
クリームソース		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
15	ヨード卵・光と吊るしベーコンのカルボナーラ	881kcal	4.8g	21.0g	44.2g	88.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
16	全粒粉入り生パスタ ヨード卵・光と吊るしベーコンのカルボナーラ	835kcal	4.2g	20.0g	44.0g	80.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
17	ヨード卵・光と吊るしベーコンのカルボナーラ レジャーマスターズ掛け	921kcal	5.0g	24.3g	47.0g	88.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
18	ヨード卵・光と吊るしベーコンのレッドカルボナーラ	863kcal	4.9g	21.1g	41.3g	90.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
19	エビとイカの熟成明太子クリーム	767kcal	5.4g	29.8g	32.2g	87.2g	卵 / 乳 / 小麦 / エビ / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
20	きのこ吊るしベーコンのマッシュルームクリーム	798kcal	5.1g	21.6g	40.0g	88.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
21	スモークサーモンとほうれん草のクリーム	790kcal	4.9g	21.9g	38.7g	88.6g	卵 / 乳 / 小麦 / さけ / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
22	渡り蟹のトマトクリーム	757kcal	4.8g	23.4g	33.2g	89.2g	卵 / 乳 / 小麦 / カニ / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
オリーブオイル&ソルト		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
25	ペペロンチーノ	574kcal	4.7g	14.2g	20.9g	82.4g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
26	レッドペペロンチーノ	597kcal	5.3g	14.6g	22.3g	84.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
27	ほうれん草と吊るしベーコンのペペロンチーノ	651kcal	5.2g	18.4g	27.1g	84.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
28	きのこ吊るしベーコン・トマトのバジリコペペロンチーノ	660kcal	5.7g	18.1g	28.0g	84.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
29	よくばりペペロンチーノ	711kcal	5.9g	21.1g	29.1g	88.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
30	海の幸ペペロンチーノ	675kcal	5.9g	41.2g	22.9g	84.1g	卵 / 小麦 / エビ / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
31	全粒粉入り生パスタ 海の幸ペペロンチーノ	629kcal	5.3g	40.3g	22.8g	76.3g	卵 / 小麦 / エビ / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
32	ボンゴレ・ピアンコ	598kcal	6.0g	33.6g	23.0g	84.2g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
ジェノベーゼ		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
35	ジェノベーゼ	646kcal	4.8g	15.1g	28.2g	83.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / くるみ
36	ほうれん草と吊るしベーコンのジェノベーゼ	710kcal	5.3g	19.2g	33.3g	84.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / くるみ
37	十勝産カマンベールと吊るしベーコンのジェノベーゼ	770kcal	5.5g	21.8g	38.6g	84.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / くるみ
38	レジャーマスターズと生ハムのジェノベーゼ	739kcal	5.8g	24.8g	34.1g	83.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / くるみ
39	よくばりジェノベーゼ	770kcal	6.0g	21.9g	35.4g	89.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / くるみ / ごま
和風		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
42	ペペロンチーノしょうゆ	558kcal	4.5g	14.6g	18.4g	83.7g	卵 / 小麦 / 大豆
43	たらこ	436kcal	4.9g	18.3g	3.7g	82.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
44	イカと熟成明太子 バター仕立て	531kcal	4.7g	23.6g	10.7g	83.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉 / ごま
45	ほうれん草と吊るしベーコンのしょうゆ	627kcal	5.0g	18.7g	24.3g	84.2g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
46	全粒粉入り生パスタ ほうれん草と吊るしベーコンのしょうゆ	581kcal	4.4g	17.7g	24.2g	76.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
47	ローストビーフとヨード卵・光のペペロンチーノしょうゆ	690kcal	5.6g	21.1g	24.4g	84.6g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 牛肉

48	よくばりペペロンチーノしょうゆ	696kcal	5.7g	21.7g	26.6g	90.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
49	海の幸 ガーリックバターしょうゆ	731kcal	5.7g	41.9g	28.2g	85.6g	卵 / 乳 / 小麦 / エビ / 大豆
スープパスタ		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
52	ヨード卵・光のカルボナーラ豆乳スープ	749kcal	6.6g	25.5g	26.2g	90.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
53	全粒粉入り生パスタ ヨード卵・光のカルボナーラ豆乳スープ	703kcal	6.0g	24.6g	26.0g	83.2g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
54	海の幸辛口トマトスープ	715kcal	6.5g	42.0g	24.7g	89.0g	卵 / 乳 / 小麦 / エビ / 大豆 / 鶏肉 / ごま
55	ヨード卵・光と吊るしベーコンのレッドカルボナーラスープ	928kcal	5.8g	23.5g	45.9g	94.2g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
56	渡り蟹のトマトスープ	663kcal	5.8g	22.4g	23.0g	88.8g	卵 / 乳 / 小麦 / カニ / 大豆 / 鶏肉 / ごま
ハーフパスタ		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
60	ハーフトマトとニンニク	330kcal	2.2g	7.8g	13.2g	45.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
61	ハーフたらこ	219kcal	2.5g	9.2g	1.8g	41.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
62	ハーフボンゴレ・ピアンコ	299kcal	3.0g	16.8g	11.5g	42.1g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
63	全粒粉入り生パスタ ハーフボンゴレ・ピアンコ	289kcal	2.8g	16.8g	11.5g	41.0g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
64	ハーフ本格ポロネーゼ	272kcal	2.4g	10.3g	5.9g	44.7g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
65	ハーフほうれん草と吊るしベーコンのしょうゆ	315kcal	2.5g	9.6g	12.2g	42.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
66	ハーフヨード卵・光と吊るしベーコンのカルボナーラ	473kcal	2.4g	10.9g	22.9g	44.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
67	ハーフソーセージのナポリタン	352kcal	2.4g	9.9g	12.4g	46.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
68	ハーフナスと吊るしベーコンのアラビアータ	374kcal	2.4g	9.6g	17.0g	45.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
キッズプレート		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
70	キッズプレート(たらこ)	338kcal	3.1g	13.7g	6.0g	57.0g	卵 / 乳 / 小麦 / オレンジ / パナナ / りんご / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン
71	キッズプレート(ミートソース)	370kcal	3.0g	13.3g	8.1g	60.8g	卵 / 乳 / 小麦 / オレンジ / パナナ / りんご / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
72	キッズプレート(コーンクリーム)	464kcal	3.1g	14.6g	17.4g	61.2g	卵 / 乳 / 小麦 / オレンジ / パナナ / りんご / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
73	キッズプレート(ナポリタン)	471kcal	3.1g	14.3g	16.5g	62.3g	卵 / 乳 / 小麦 / オレンジ / パナナ / りんご / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン
74	キッズプレート(オムライス)	521kcal	2.7g	14.4g	27.6g	51.9g	卵 / 乳 / 小麦 / オレンジ / パナナ / りんご / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
オムライス(一部店舗)		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
77	本格デミグラスソースのオムライス	718kcal	4.5g	20.5g	36.7g	73.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
78	チーズクリームのオムライス	843kcal	4.6g	25.0g	49.1g	72.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
ピッツァ		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
80	うすパリ生地のマルゲリータ	244kcal	1.0g	9.5g	11.1g	26.6g	卵 / 乳 / 小麦
81	うすパリ生地 モッツアレラとトマトガーリック	252kcal	1.0g	9.0g	11.4g	28.4g	卵 / 乳 / 小麦
82	うすパリ生地のたっぷりチーズピッツァ ハチミツがけ	304kcal	1.2g	11.8g	15.2g	30.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
83	モッツアレラのマルゲリータピッツァ	525kcal	2.3g	19.4g	14.3g	79.9g	卵 / 乳 / 小麦
84	モッツアレラとトマトガーリックピッツァ	548kcal	2.3g	19.3g	15.3g	83.5g	卵 / 乳 / 小麦
85	コーンエッグピッツァ	699kcal	3.6g	22.5g	29.6g	83.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
86	国産サラミのピッツァ	668kcal	3.6g	25.5g	27.2g	82.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 豚肉
87	たっぷりチーズピッツァ ハチミツがけ	662kcal	2.8g	25.7g	23.5g	87.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
サラダ		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
90	ガーデンサラダ	98kcal	0.8g	2.1g	7.2g	6.5g	卵 / 小麦 / 大豆 / ごま
91	ポボラさんのコブ風スペシャルサラダ	384kcal	3.0g	18.0g	30.1g	11.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 落花生 / エビ / さけ / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
92	ハーフ鶏のシリアルシーザーサラダ(2〜3人前)	368kcal	2.3g	14.8g	27.9g	15.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 落花生 / 大豆 / 鶏肉
93	ハーフハーフ鶏のシリアルシーザーサラダ	209kcal	1.3g	8.4g	16.1g	8.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 落花生 / 大豆 / 鶏肉
94	ローストビーフサラダ(2〜3人前)	203kcal	2.5g	7.1g	16.0g	8.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 牛肉
95	ハーフ ローストビーフサラダ	121kcal	1.5g	3.6g	10.0g	4.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 牛肉
96	エビとブロッコリーのサラダ(2〜3人前)	240kcal	1.4g	12.5g	17.4g	10.4g	卵 / 乳 / 落花生 / エビ / 大豆
97	ハーフエビとブロッコリーのサラダ	153kcal	0.9g	7.4g	11.4g	6.2g	卵 / 乳 / 落花生 / エビ / 大豆
98	レジャージャーチーズと生ハムのシーザーサラダ(2〜3人前)	242kcal	2.1g	9.4g	20.3g	6.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 落花生 / 豚肉

トッピング/ドレッシング		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
128	トッピング パルミジャーノレッツジャーノ	39kcal	0.2g	3.3g	2.8g	0.0g	乳
133	全粒粉入り生パスタ変更						卵 / 小麦
	ポプラマーマオリジナルドレッシング						卵 / 小麦 / 大豆 / ごま
	オニオンドレッシング						小麦 / 大豆
	コブサラダドレッシング						卵 / 乳 / 落花生 / 大豆
	シーザードレッシング						卵 / 乳 / 小麦 / 落花生
サイドメニュー		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
101	タコのマリネ	132kcal	0.7g	8.7g	9.5g	2.8g	小麦 / 大豆
102	スモークサーモンのカルパッチョ	91kcal	1.1g	5.3g	6.5g	2.6g	小麦 / さけ / 大豆
103	2種チーズと生ハム	98kcal	0.9g	8.0g	6.8g	1.6g	乳 / 豚肉
104	5種ソーセージのオープン焼き	328kcal	1.9g	10.5g	22.3g	9.0g	豚肉
105	ポプラさんのほろほろチキン トマトチーズ	374kcal	1.3g	22.7g	25.2g	11.4g	乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
106	ポプラさんのほろほろチキン ハニーマスタード	482kcal	1.5g	20.8g	24.9g	15.9g	卵 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
107	たっぷりアサリの白ワイン蒸し	136kcal	2.7g	24.7g	12.1g	4.2g	小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
108	エビとポテトのバジルアヒージョ パケット付き	614kcal	1.9g	13.2g	52.5g	22.9g	卵 / 乳 / 小麦 / エビ / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / くるみ
109	吊るしベーコンときのこのアヒージョ パケット付き	540kcal	2.6g	5.1g	51.7g	13.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
110	追加 パケット	52kcal	0.3g	1.7g	0.5g	10.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
111	トマトのブルスケッタ	114kcal	0.7g	2.0g	6.6g	12.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
112	生ハム・トマトのブルスケッタ	100kcal	1.0g	5.7g	3.9g	10.6g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
113	ニョッキ モッツアレラのトマトソース	331kcal	2.6g	8.6g	13.7g	43.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
114	ニョッキ チーズクリーム	367kcal	2.8g	9.3g	17.5g	42.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
115	Vポテト ケチャップ&マヨ	309kcal	1.3g	3.4g	15.3g	39.5g	卵 / 小麦 / 大豆
116	Vポテト ハニーマスタード	395kcal	1.3g	4.0g	12.5g	41.4g	卵 / 小麦 / 大豆
117	ポテトとチーズのオープン焼き	372kcal	1.8g	10.6g	19.6g	38.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン
118	トースト	219kcal	0.9g	4.9g	9.6g	28.2g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
119	ガーリックトースト	228kcal	1.0g	5.2g	9.8g	29.6g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
120	シナモンシュガートースト	242kcal	0.9g	4.9g	9.6g	34.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
121	ハニートースト	257kcal	1.0g	5.3g	10.2g	36.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
122	エッグトースト	314kcal	1.7g	8.1g	18.3g	29.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
125	トッピング 粉チーズ	37kcal	0.2g	3.2g	2.7g	0.1g	卵 / 乳
スイーツ		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
271	ショコラパフェ	392kcal	0.4g	7.2g	17.5g	56.1g	卵/乳/小麦/落花生/大豆
272	キャラメルパフェ	421kcal	0.4g	6.8g	21.1g	53.7g	卵/乳/小麦/落花生/大豆
273	カタラーナとカンノーロのアソート	309kcal	0.2g	3.0g	20.1g	25.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
274	豆乳クリームティラミスとリンゴシャーベットのアソート	167kcal	0.3g	16.9g	8.7g	21.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 落花生 / オレンジ / キュウイ / パナナ / モモ / りんご / 大豆 / ゼラチン / ごま / アーモンド
275	フォンダンショコラとバニラジェラートのアソート	293kcal	0.3g	4.8g	17.2g	31.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
276	生ショコラのスフレパンケーキ	183kcal	0.3g	4.9g	7.4g	27.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
277	生キャラメルソースのスフレパンケーキ	170kcal	0.2g	4.3g	7.2g	23.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
278	かぼちゃのチーズケーキ 豆乳クリーム	280kcal	0.3g	4.7g	19.4g	21.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / アーモンド
279	豆乳クリームティラミス	125kcal	0.1g	16.8g	8.3g	11.7g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / ゼラチン
280	カンノーロ	237kcal	0.2g	2.4g	13.2g	20.2g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
281	ミニカタラーナ	126kcal	0.0g	1.1g	10.0g	8.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
282	手作りリンゴシャーベット	34kcal	0.2g	0.1g	0.0g	8.9g	乳 / 小麦 / 落花生 / オレンジ / キュウイ / パナナ / モモ / りんご / 大豆 / ごま / アーモンド
283	ダブルジェラート バニラ×チョコ	124kcal	0.1g	2.9g	5.1g	16.6g	卵 / 乳
284	ダブルジェラート バニラ×バニラ	123kcal	0.1g	2.5g	5.4g	15.9g	卵 / 乳
285	ダブルジェラート チョコ×チョコ	126kcal	0.1g	3.2g	4.9g	17.3g	乳

季節商品	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
248 北海道産秋刀魚のおろしポン酢しょうゆ すだち添え	719kcal	6.0g	25.5g	30.2g	87.6g	卵 / 小麦 / 大豆
249 北海道産秋刀魚の山椒アラビアータ	794kcal	5.2g	25.5g	37.2g	90.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
250 吊るしベーコンときのこ・長ネギの生煮しょうゆ	619kcal	6.2g	19.0g	23.3g	87.1g	卵 / 乳 / 小麦 / さば / 大豆 / 豚肉
251 秋のレッドカルボナーラ	852kcal	6.1g	21.8g	40.5g	92.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
302 シャインマスカット・ポップオーバー・パフェ	431kcal	0.8g	8.9g	22.8g	48.2g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / ゼラチン
303 シャインマスカットのスフレパンケーキ・ダブル	323kcal	0.4g	6.2g	12.2g	47.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / ゼラチン
304 シャインマスカットのスフレパンケーキ	265kcal	0.2g	3.9g	11.3g	37.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / ゼラチン
305 ダブルジェラート マスカット&パニラ	102kcal	0.0g	1.3g	3.2g	17.0g	卵 / 乳
306 ダブルジェラート マスカット&マスカット	81kcal	0.0g	0.1g	0.9g	18.1g	該当なし
307 ダブルジェラート マスカット&チョコ	104kcal	0.1g	1.7g	2.9g	17.7g	乳
ランチセット-A	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
175 ハーフボンゴレ・ピアンコ	299kcal	3.0g	16.8g	11.5g	42.1g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
176 レッドベベロンチーノ	597kcal	5.3g	14.6g	22.3g	84.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
177 きのこと明太子	503kcal	5.0g	18.7g	10.9g	83.0g	卵 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉 / ごま
178 きのこと吊るしベーコンのバジリコベベロンチーノ	632kcal	5.5g	17.2g	25.5g	83.7g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
179 ナスと吊るしベーコンのしょうゆ	638kcal	4.9g	17.4g	25.5g	84.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
180 イカとキャベツのたらこマヨしょうゆ	642kcal	5.0g	22.1g	23.2g	84.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
181 3種チーズのトマトソース	705kcal	4.8g	20.0g	30.1g	89.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
182 アサリの焼きたらこベベロンチーノ	612kcal	5.7g	29.3g	23.0g	84.6g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
183 吊るしベーコンのマッシュルームクリーム	779kcal	4.6g	20.5g	38.4g	87.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
184 ほうれん草とソーセージのナポリタン	654kcal	4.5g	17.9g	22.8g	91.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
185 十勝産カマンベールとモッツァレラのミートソース	626kcal	4.6g	21.8g	20.1g	90.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン
ランチセット-B	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
186 ハーフ本格ボロネーゼ	272kcal	2.4g	10.3g	5.9g	44.7g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン / ごま
187 バジリコベベロンチーノ	577kcal	4.7g	14.4g	20.9g	82.8g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
188 たらこ豆乳	473kcal	5.3g	20.5g	6.0g	84.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉 / ごま
189 ハーブ鶏とキャベツのガーリックマヨしょうゆ	697kcal	4.9g	24.2g	28.5g	86.1g	卵 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
190 アサリとイカのバジリコベベロンチーノ	616kcal	5.5g	29.1g	22.2g	84.0g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
191 きのこと吊るしベーコンのマッシュルームソース	626kcal	4.9g	18.1g	24.3g	83.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / ごま
192 きこのタラコクリーム	567kcal	5.7g	18.2g	16.2g	87.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
193 国産サラミとほうれん草のレッドベベロンチーノ	652kcal	5.7g	18.2g	26.6g	86.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
194 ほうれん草とソーセージのトマトソース	696kcal	4.8g	18.6g	27.8g	90.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
195 ほうれん草と吊るしベーコンの和風豆乳クリーム	767kcal	5.3g	20.0g	37.3g	88.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
196 チーズボロネーゼ	595kcal	5.4g	23.0g	16.5g	89.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン
ランチセット-C	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
197 ハーフトマトとニンニク	330kcal	2.2g	7.8g	13.2g	45.4g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
198 ベベロンチーノしょうゆ	558kcal	4.5g	14.6g	18.4g	83.7g	卵 / 小麦 / 大豆
199 熟成明太子豆乳	465kcal	4.9g	20.7g	5.1g	84.1g	卵 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉 / ごま
200 国産サラミとキャベツのベベロンチーノ	635kcal	5.1g	17.8g	25.2g	85.7g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
201 アサリとほうれん草のアーリオオーリオ	593kcal	5.4g	24.4g	22.0g	84.1g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
202 ハーブ鶏とナスのバジリコベベロンチーノ	672kcal	5.0g	23.6g	26.1g	85.0g	卵 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉
203 エビとナスのベベロンチーノしょうゆ	628kcal	4.8g	23.5g	20.5g	85.5g	卵 / 小麦 / エビ / 大豆
204 ミニハンバーグ・チーズナポリタン	705kcal	4.9g	21.4g	26.6g	96.2g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン
205 モッツァレラとナスのアラビアータ	689kcal	4.4g	17.9g	28.6g	90.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
206 エビのたらこクリーム	602kcal	5.5g	26.3g	16.3g	86.9g	卵 / 乳 / 小麦 / エビ / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
207 きこのボロネーゼ	655kcal	5.0g	18.3g	25.6g	88.6g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン

ランチセット・サイドメニュー	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
野菜スープ	33kcal	1.4g	1.3g	2.4g	1.9g	卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / ごま
トマトスープ	34kcal	1.3g	1.5g	1.8g	3.3g	卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / 鶏肉 / ごま
オニオンコンソメスープ	50kcal	1.1g	1.3g	1.8g	7.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉
コーンスープ	83kcal	1.1g	1.1g	3.4g	11.7g	乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
ミニサラダ	46kcal	0.4g	0.6g	3.3g	3.4g	卵 / 小麦 / 大豆 / ごま
ランチ トースト	109kcal	0.5g	2.5g	4.8g	14.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
ランチ ガーリックトースト	114kcal	0.5g	2.6g	4.9g	14.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
ランチ シナモンシュガートースト	121kcal	0.5g	2.5g	4.8g	17.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
ランチ ハニートースト	128kcal	0.5g	2.6g	5.1g	18.1g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
ドリンクバー	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
コカ・コーラ						該当なし
ジンジャーエール						該当なし
メロンソーダ						該当なし
カルピスシロップ						乳
ミニッツメイド グレープフルーツ						該当なし
アイスコーヒー						該当なし
ホットコーヒー						該当なし
カプチーノ						乳
リーゼントガーデン ダージリン						該当なし
リーゼントガーデン アールグレイ						該当なし
リーゼントガーデン シナモン&ジンジャー						該当なし
リーゼントガーデン ジャスミン						該当なし
リーゼントガーデン 上煎茶						該当なし
ルイボ스티ー						該当なし
ベルガモット&オレンジ						該当なし
カモミール&ハーブ						該当なし
ポーションミルク						乳 / 大豆
ガムシロップ						該当なし
スティックシュガー						該当なし
スリムアップシロップ						該当なし
ポーションレモン						該当なし
ドリンクバー(一部店舗)	カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
オレンジジュースシロップ						オレンジ
ミニッツメイド アップル						りんご
ミニッツメイド 山ぶどう						該当なし
ミニッツメイド 野菜果実健康レシビ						りんご
爽健美茶 シロップ						ごま
黒ウーロン茶						該当なし
アイ스티ー						該当なし
ミニッツメイド オレンジ100%						オレンジ
抹茶ミルク						乳
ココア						該当なし
爐 ウーロン茶						該当なし
紅茶花伝 アールグレイティー						該当なし

各種アルコール		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
151	ハイボール	87kcal	0.0g	0.0g	0.0g	0.0g	該当なし
152	アサヒ マルエフ 生グラス	80kcal	0.0g	0.4g	0.0g	0.0g	該当なし
153	アサヒ マルエフ 生ジョッキ	122kcal	0.1g	0.6g	0.0g	0.0g	該当なし
154	アサヒ マルエフ 缶	144kcal	0.0g	1.8g	0.0g	10.5g	該当なし
159	アサヒスーパードライゼロ	0kcal	0.0g	0.0g	0.0g	1.3g	大豆
各種ワイン							該当なし
窯焼きピッツァ(一部店舗)		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
161	窯焼きピッツァ プレーン	635kcal	3.8g	23.5g	23.2g	81.8g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
162	窯焼きピッツァ 店内仕込みモッツアレラのマルゲリータ	633kcal	3.1g	27.2g	21.5g	81.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
163	窯焼きピッツァ 国産サラミとガーリック	804kcal	5.0g	33.2g	36.2g	87.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
164	窯焼きピッツァ きのことマッシュルームソース	710kcal	4.9g	27.5g	29.8g	82.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
165	窯焼きピッツァ クアトロフォルマッジ 店内仕込みモッツアレラ使用	883kcal	4.6g	39.7g	44.2g	80.5g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
166	窯焼きピッツァ エビとブロッコリーのガーリックマヨネーズ	791kcal	4.5g	39.5g	31.2g	87.2g	卵 / 乳 / 小麦 / エビ / 大豆
167	窯焼きピッツァ レッジャーノチーズ&トマト	784kcal	4.5g	33.1g	32.7g	82.6g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
168	窯焼きピッツァ ポテトベーコンマヨネーズ	876kcal	5.0g	28.6g	39.5g	99.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉
169	窯焼きピッツァ エクストリームチーズ	979kcal	4.3g	46.4g	51.6g	81.0g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
171	窯焼きピッツァトッピング 店内仕込みモッツアレラ	73kcal	0.1g	5.5g	5.5g	0.4g	乳
172	トッピング ハチミツ	66kcal	0.0g	0.0g	0.0g	16.6g	該当なし
東京クリームうどん(一部店舗)		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
651	ふわ玉カルボナーラ	899kcal	8.0g	24.6g	51.4g	82.4g	卵 / 乳 / 小麦 / さば / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
652	レッドカルボナーラうどん	844kcal	7.8g	14.4g	43.7g	85.7g	卵 / 乳 / 小麦 / さば / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
653	モッツアレラとカマンベールのトマトクリーム	660kcal	7.7g	16.6g	28.0g	84.9g	卵 / 乳 / 小麦 / さば / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
654	熟成明太子と帆立の豆乳クリーム	586kcal	7.8g	22.7g	17.4g	83.5g	乳 / 小麦 / さば / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
655	吊るしベーコンときのこのマッシュルームクリーム	767kcal	8.7g	13.8g	41.3g	83.4g	卵 / 乳 / 小麦 / さば / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
656	海の幸 トマトクリーム	810kcal	8.6g	37.1g	38.8g	85.2g	乳 / 小麦 / エビ / さば / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
657	渡り蟹のトマトクリーム	758kcal	7.8g	17.5g	37.2g	85.2g	乳 / 小麦 / カニ / さば / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ごま
658	明太ご飯	299kcal	0.6g	1.7g	0.2g	6.4g	小麦 / 大豆 / 鶏肉 / ごま
659	白米(200g)	288kcal	0.0g	0.0g	0.0g	5.2g	該当なし
個店ケーキ(一部店舗)		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
1030	手作りティラミス	273kcal	1.0g	27.0g	25.0g	0.9g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
1031	紅茶のシフォン	166kcal	0.5g	4.1g	9.2g	19.7g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆
1032	莓たっぷりショートケーキ	173kcal	0.1g	2.1g	10.6g	17.9g	卵 / 乳 / 小麦 / くるみ
1086	アップルパイ	193kcal	0.3g	2.3g	9.1g	26.0g	卵 / 小麦 / りんご / 大豆
1090	ダブルチーズケーキ	220kcal	0.3g	3.8g	15.7g	16.3g	卵 / 乳 / 小麦 / 大豆 / ゼラチン
1092	クインテットショコラ	245kcal	0.2g	3.0g	16.8g	20.9g	卵 / 乳 / 小麦 / くるみ
物販		カロリー	食塩相当量	タンパク質	脂質	炭水化物	アレルギー
生スバゲティ		389kcal	2.5g	13.5g	2.0g	79.6g	卵 / 小麦
ポポラマーマ ボロネーゼソース110g		152kcal	2.2g	6.8g	9.5g	10.9g	乳 / 小麦 / 大豆 / 豚肉 / 牛肉 / 鶏肉 / ゼラチン
ポポラマーマ トマトソース 110g		79kcal	1.9g	1.5g	5.2g	7.7g	乳 / 小麦 / 大豆 / 鶏肉
ポポラマーマ ナポリタンソース 90g		51kcal	1.9g	0.9g	0.9g	11.2g	乳 / 小麦 / 大豆 / 牛肉
ポポラマーマ セミドライパスタ		343kcal	1.9g	12.3g	1.2g	70.8g	卵 / 小麦
ポポラマーマ オリジナルドレッシング		379kcal	4.1g	2.8g	36.8g	9.1g	卵 / 小麦 / 大豆 / ごま