



	メニュー	熱量 (kcal)	たんぱく 質 (g)	脂質 (g)	炭水化 物 (g)	ナトリウ ム (mg)	食塩相 当量 (g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	カニ
ソース・調味料	オリジナルソース(10g)	13	0.5	0.3	2.0	232	0.6	○	—	—	—	—	—	—
	オニオンソース(10g)	30	0.3	2.0	2.4	222	0.6	○	—	—	—	—	—	—
	すだちソース(10g)	7	0.2	0.0	1.5	247	0.6	○	—	—	—	—	—	—
	ガーリックソース(10g)	10	0.6	0.4	1.1	314	0.8	○	—	—	—	—	—	—
	しょうゆ(10g)	7	0.8	0.0	0.9	549	1.4	○	—	—	—	—	—	—
	ブラックペッパー(0.1g)	0	0.0	0.0	0.1	0	0.0	—	—	—	—	—	—	—
	塩(0.1g)	0	0.0	0.0	0.0	39	0.1	—	—	—	—	—	—	—
	わさび(10g)	28	0.2	0.9	4.8	340	0.9	—	—	—	—	—	—	—
	おろし生にんにく(10g)	13	0.5	0.0	2.7	240	0.6	—	—	—	—	—	—	—
	柚子胡椒(10g)	4	0.1	0.0	0.7	1000	2.5	—	—	—	—	—	—	—
サラダバー	彩り生野菜(100g)	22	1.2	0.2	5.1	5	0.0	—	—	—	—	—	—	—
	コーン(10g)	8	0.2	0.1	1.8	21	0.1	—	—	—	—	—	—	—
	ポテトサラダ(50g)	77	0.9	4.7	7.7	163	0.4	○	—	○	○	—	—	—
	ブラックオリーブ(10g)	12	0.1	1.1	0.3	77	0.2	—	—	—	—	—	—	—
	パプリカスライス(10g)	3	0.1	0.0	0.7	0	0.0	—	—	—	—	—	—	—
	大根スライス(10g)	2	0.0	0.0	0.4	2	0.0	—	—	—	—	—	—	—
	海藻サラダ(10g)	1	0.1	0.0	0.5	80	0.2	—	—	—	—	—	—	—
	人参マリネ(10g)	18	0.1	1.5	1.0	47	0.1	—	—	—	—	—	—	—
シドレツ	フレンチドレッシング(10g)	54	0.0	5.4	1.1	92	0.2	—	—	—	—	—	—	—
	ニンジンドレッシング(10g)	19	0.2	1.5	1.3	174	0.4	○	—	—	—	—	—	—
スープ	オニオンドレッシング(10g)	22	0.2	1.7	1.5	136	0.3	○	—	—	—	—	—	—
	スープ(140g)	46	0.7	4.4	0.8	550	1.4	○	—	—	—	—	—	—
期間限定	鉄血ステーキカレー～冷製コーンスープ添え～	1160	42.1	52.7	125.0	2271	5.8	○	—	○	○	—	—	—
	鉄血ステーキカレー～冷製コーンスープ添え～(ライス大盛)	1278	43.9	52.9	151.0	2272	5.8	○	—	○	○	—	—	—
	鉄血ガバオライス&ステーキ	995	39.3	42.9	103.3	1604	4.1	○	—	○	○	○	—	—
	鉄血ガバオライス&ステーキ(ライス大盛)	1113	41.0	43.1	129.3	1605	4.1	○	—	○	○	○	—	—
	たっぷりチーズの鉄血タコライス&ステーキ	1220	53.5	57.3	112.0	2459	6.2	○	—	○	○	—	△	△
	たっぷりチーズの鉄血タコライス&ステーキ(ライス大盛)	1338	55.3	57.5	138.0	2460	6.2	○	—	○	○	—	△	△
	ハッシュドビーフライス・ステーキセット	1129	32.1	56.4	118.8	1574	4.0	○	—	—	○	—	—	—
	ハッシュドビーフライス・ステーキセット(ライス大盛)	1247	33.8	56.6	144.7	1575	4.0	○	—	—	○	—	—	—
	チャックアイロールステーキ200g	483	36.0	34.8	0.7	532	1.4	△	—	—	—	—	—	—
	チャックアイロールステーキ400g	963	71.8	69.6	0.9	630	1.6	△	—	—	—	—	—	—
	黒毛和牛サーロインステーキ150g	624	22.4	56.1	0.9	504	1.3	△	—	—	—	—	—	—
黒毛和牛サーロインステーキ300g	1245	44.6	112.2	1.4	575	1.5	△	—	—	—	—	—	—	