

	メニュー	熱量 (kcal)	たんぱく 質 (g)	脂質 (g)	炭水 化物 (g)	食塩 相当量 (g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ
弁当 (サイド)	単品ミスジステーキ150g	290	30.8	18.4	0.5	1.4	—	—	—	—	—	—	—	—
	単品ミスジステーキ300g	504	61.4	28.7	0.5	1.7	—	—	—	—	—	—	—	—
	単品松ロースステーキ150g	515	25.0	47.2	0.8	1.1	—	—	—	—	—	—	—	—
	単品松ロースステーキ300g	954	49.7	86.3	1.1	1.1	—	—	—	—	—	—	—	—
	単品アングスサーロインステーキ150g	485	26.3	43.6	1.1	1.3	—	—	—	—	—	—	—	—
	単品チキングリルステーキ	596	35.2	46.3	4.0	1.3	—	—	—	—	—	—	—	—
	単品ダブルチキングリルステーキ	1105	70.0	84.5	4.4	2.6	—	—	—	—	—	—	—	—
	松サラダ弁当(ドレッシング除く)	169	2.8	9.0	20.4	0.9	○	—	○	○	—	—	—	—
	単品ライス弁当(並盛)	312	5.0	0.6	74.2	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	単品ライス弁当(大盛)	468	7.5	0.9	111.3	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
ソース・調味料	アメリカンバーベキューソース(10g)	13	0.5	0.3	2.0	0.6	○	—	—	—	—	—	—	—
	オニオンソース(10g)	21	0.3	1.0	2.6	0.7	○	—	—	—	—	—	—	—
	ガーリックソース(10g)	15	0.5	0.2	2.4	1.3	○	—	—	—	—	—	—	—
	しょうゆ(10g)	7	0.8	0.0	0.9	1.4	○	—	—	—	—	—	—	—
	ブラックペッパー(0.1g)(明大前・本郷三丁目限定)	0	0.0	0.0	0.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	塩(0.1g)(明大前・本郷三丁目限定)	0	0.0	0.0	0.0	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—
	ミル付きブラックペッパー(0.1g)	0	0.0	0.0	0.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	ミル付きピンク岩塩(0.1g)	0	0.0	0.0	0.0	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—
	わさび(1袋)	4	0.0	0.1	0.7	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—
	柚子胡椒(1袋)	1	0.0	0.0	0.2	0.2	—	—	—	—	—	—	—	—
サラダバー	生野菜(100g)	22	1.2	0.2	4.9	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	コーン(10g)	8	0.3	0.2	1.5	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	オクラ(50g)	17	1.1	0.1	3.8	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	サニーレタス(10g)	2	0.1	0.0	0.3	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	ポテトサラダ(50g)	77	0.9	4.7	7.7	0.4	○	—	○	○	—	—	—	—
	むき枝豆(10g)	13	1.2	0.6	0.9	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	ミニトマト(1個)	3	0.1	0.0	0.7	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	海藻サラダ(10g)	1	0.1	0.0	0.4	0.2	—	—	—	—	—	—	—	—
	春雨サラダ(50g)	58	0.3	1.9	10.0	1.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	人参マリネ(10g)	18	0.1	1.5	1.0	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—
ドリンク	杏仁豆腐(50g)	32	0.1	0.4	8.1	0.0	—	—	—	○	—	—	—	—
	コーヒーゼリー(50g)(コーヒーフレッシュ除く)	39	0.1	0.0	9.7	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	コーヒーフレッシュ(1個)	10	0.1	1.0	0.2	0.0	—	—	—	○	—	—	—	—
	フレンチドレッシング(10g)	54	0.0	5.4	1.1	0.2	—	—	—	—	—	—	—	—
	人參ドレッシング(10g)	19	0.2	1.5	1.3	0.4	○	—	—	—	—	—	—	—
	旨い醤油ドレッシング(10g)	53	0.4	4.8	1.6	0.5	○	—	—	—	—	—	—	—
	ごまドレッシング(10g)	27	0.3	2.0	2.2	0.4	○	—	○	—	—	—	—	—
	トッピングチーズ	144	9.3	11.4	1.1	0.6	—	—	—	○	—	—	—	—
	スープ(120g)	44	0.5	4.4	0.6	1.2	○	—	—	—	—	—	—	—
	ライス小盛	156	2.5	0.3	37.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
ライス並盛	312	5.0	0.6	74.2	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	
ライス大盛	468	7.5	0.9	111.3	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	
選べる小鉢A(新杉田店限定)	33	0.9	0.3	6.7	1.4	○	—	—	—	—	○	△	—	
選べる小鉢B(新杉田店限定)	50	1.4	0.7	9.4	2.0	—	—	—	—	—	—	—	—	
(モイニク 新杉田)	コカ・コーラ	151	0.0	0.0	37.8	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	ファンタグレープ	140	0.0	0.0	35.0	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—
	瓶ビール	210	2.0	0.0	15.0	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—
	厚切りトースト	389	13.7	14.2	48.9	1.4	○	—	○	○	—	—	—	—
厚切りハムチーズトースト	426	19.6	15.1	50.3	2.4	○	—	○	○	—	△	△	—	
ガムシロップ(1個)	31	0.0	0.0	8.5	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	
スティックシュガー(1本)	12	0.0	0.0	3.0	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	
ポーションミルク(1個)	10	0.1	1.0	0.2	0.0	—	—	—	○	—	—	—	—	