

ウェンディーズ・ファーストキッチン商品 栄養成分情報

更新日: 2018/10/11

栄養成分値は『五訂増補 日本食品標準成分表』(文部科学省)を基本としています。
表示されている数値は、配合に基づいた標準値です。
ひとつひとつ手作りにしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますので
ご了承ください。
※一食あたりの数値を表示しています。(一部100gあたりを表示しているものもあります)
※成分値が0または微量の場合は『0』、未分析の場合は『-』と表示しています。
※コーヒーフレッシュなどの別添品は除いた状態で表示しています。表をご覧ください。
※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されますのでご注意ください。
※店舗により販売していない商品もございます。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物		ナトリウム	食塩相当量	
				糖質	食物繊維			
	kcal	g	g	g	g	g	mg	g
バーガー								
ブリオッシュバーガー	695	36.3	46.1	33.0	31.0	2.0	1,279	3.3
ブリオッシュモッツアレラバジルバーガー	752	35.4	51.7	35.8	33.1	2.7	1,160	3.0
ワイルド☆ロック	499	33.9	38.3	4.2	3.3	0.9	782	2.0
ウェンディーズバーガー	587	35.8	37.2	27.9	26.7	1.2	1,236	3.2
ウェンディーズバーガーダブル	862	61.1	56.6	28.9	27.2	1.7	1,686	4.4
ウェンディーズバーガートリプル	1,182	88.9	79.7	30.2	28.0	2.2	2,279	5.9
ウェンディーズ ベーコンネーター	604	37.1	39.1	26.2	25.6	0.6	1,180	3.1
ウェンディーズ マッシュルームベーコンネーター	508	35.3	29.0	25.9	24.9	1.0	1,060	2.7
ウェンディーズ ベーコンネーター・ダブル	904	64.0	60.6	27.3	26.2	1.1	1,714	4.5
ウェンディーズ マッシュルームメルト バーガー	502	34.3	27.9	26.7	25.6	1.1	1,088	2.8
スマート ウェンディーズバーガー	400	20.5	23.7	26.4	25.6	0.8	950	2.4
BBQ ブルドボークバーガー	621	43.8	36.7	29.7	28.9	0.8	1,265	3.2
BBQ ブルドボークマッシュルームメルトバーガー	505	40.5	24.5	30.4	29.2	1.2	1,129	2.9
ウェンディーズ ベーコンエッグバーガー	563	38.5	32.8	28.0	27.2	0.8	1,041	2.6
ウェンディーズ チーズベーコンエッグバーガー	608	41.1	36.5	28.2	27.4	0.8	1,185	3.0
ROPPONGIベーコンエッグバーガー	420	25.4	22.8	27.6	27.0	0.6	1,010	2.6
ROPPONGIチーズベーコンエッグバーガー	465	28.0	26.5	27.8	27.2	0.6	1,154	3.0
UMAMIチキン竜田バーガー	591	14.0	40.8	41.5	41.0	0.5	700	1.8
スパイシーチキンフィレバーガー	662	29.1	42.3	40.6	40.3	0.3	1,039	2.7
ラタウイユスパイシーチキンフィレバーガー	735	31.9	47.1	45.4	44.8	0.6	1,343	3.5
てりやきバーガー	378	18.2	20.4	30.6	30.1	0.5	1,149	2.9
てりやきベーコンエッグバーガー	475	25.3	27.5	31.0	30.5	0.5	1,298	3.3
チーズてりやきウェンディーズバーガー	610	36.0	37.5	33.2	32.1	1.1	1,578	4.0
チキン南蛮サンド	557	15.6	28.9	58.7	56.8	1.9	765	2.7
アボカドバジルスパイシーチキンフィレサンド	799	31.2	50.9	53.7	50.8	2.9	1,278	3.3
ハンバーガー(一部店舗)	282	17.8	12.3	25.9	25.4	0.5	752	1.9
チーズバーガー(一部店舗)	326	20.2	15.9	26.1	25.6	0.5	896	2.3
モーニングディッシュ	529	20.4	15.1	74.5	72.2	2.3	820	2.3
モーニングサンド(BLTエッグ)(モーニングメニュー店舗)	385	12.4	25.2	25.6	25.1	0.5	510	1.3
ホットドッグ(モーニングメニュー店舗)	271	10.0	13.9	25.1	23.8	1.3	871	2.3
パスタ								
牛ほほ肉のクリームミートソース(ブランリングイネ)	543	17.7	17.6	79.3	75.4	3.9	959	2.6
カルボナーラ(ブランリングイネ)	612	18.3	27.7	73.3	70.3	3.0	1,023	2.7
北海道産たらこのパスタ(ブランリングイネ)	464	15.5	13.3	72.3	68.9	3.4	1,312	3.5
茄子とベーコンのトマトソース(ブランリングイネ)	618	15.5	24.1	81.2	74.7	6.5	1,432	3.8
熟成博多明太子(ブランリングイネ)	469	14.9	13.8	73.2	69.8	3.4	1,468	3.9
5種チーズのクリームアボカドサーモン	677	20.2	31.8	79.4	74.3	5.1	1,427	3.8
半熟卵のカルボナーラ	694	25.0	33.4	73.4	70.4	3.0	1,100	2.9
半熟卵のクリームミートソース	626	24.5	23.4	79.5	75.6	3.9	1,036	2.8
スープ・スープパン								
オマール海老のビスク	119	4.3	6.0	12.2	11.4	0.8	840	2.3
ビーフシチュー	196	10.7	10.9	14.2	12.6	1.6	928	2.4
3種チーズときのこのポタージュ	114	4.1	7.7	7.8	6.7	1.1	911	2.4
8種の具材のクラムチャウダー	106	4.0	6.3	8.5	7.5	1.0	3,339	1.5
アラスカ産サーモンクリームシチュー	169	9.1	8.6	13.3	12.4	0.9	517	1.4
(スープパン) オマール海老のビスク	386	12.7	8.9	61.5	58.7	2.8	1,278	3.3
(スープパン) ビーフシチュー	463	19.1	13.8	63.5	59.9	3.6	1,366	3.5
(スープパン) 3種チーズときのこのポタージュ	381	12.5	10.6	57.1	54.0	3.1	1,349	3.4
(スープパン) 8種の具材のクラムチャウダー	373	12.4	9.2	57.8	54.8	3.0	3,777	2.6
(スープパン) アラスカ産サーモンクリームシチュー	436	17.5	11.5	62.6	59.7	2.9	955	2.5
トッピングメニュー								
ビーフパティ(S) 1枚	139	8.4	11.5	0.4	0.4	0.0	106	0.3
ビーフパティ(L) 1枚	277	16.8	23.0	0.7	0.7	0.0	211	0.5
ブリックベーコン 3枚	26	1.7	2.1	0.1	0.1	0.0	85	0.2
ベーコンエッグポーション	99	7.1	7.1	0.4	0.4	0.0	149	0.4
スライスチーズ 1枚	46	2.5	3.7	0.2	0.2	0.0	144	0.4
チーズソース	28	0.7	1.4	0.9	0.9	0.0	115	0.3

ウェンディーズ・ファーストキッチン商品 栄養成分情報

更新日: 2018/10/11

栄養成分値は『五訂増補 日本食品標準成分表』(文部科学省)を基本としています。
表示されている数値は、配合に基づいた標準値です。
ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますので
ご了承ください。
※一食あたりの数値を表示しています。(一部100gあたりを表示しているものもあります)
※成分値が0または微量の場合は『0』、未分析の場合は『-』と表示しています。
※コーヒーフレッシュなどの別添品は除いた状態で表示しています。表をご覧ください。
※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されますのでご注意ください。
※店舗により販売していない商品もございます。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物			ナトリウム	食塩相当量
	kcal	g	g	g	糖質	食物繊維		
		g	g	g	g	g	mg	g
トッピングメニュー								
マッシュルームソース	29	1.0	1.4	1.4	0.9	0.5	165	0.5
(チリポテト用) チリ	32	1.7	1.5	3.1	2.6	0.5	116	0.3
バーベキューソース (ナゲットソース)	49	0.2	0.1	13.3	13.1	0.2	371	1.0
ハニーマスタードソース (ナゲットソース)	100	0.8	8.2	5.7	5.7	0.0	404	1.1
アボカドダイス	70	0.6	5.8	3.7	1.6	2.1	1	0.0
ピクルス2枚	1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.0	74	0.2
レタス 1枚	2	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1	0	0.0
レッドオニオン 2枚	1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0	0.0
キャベツ	5	0.3	0.1	1.1	0.7	0.4	1	0.0
スライスマト 1枚	4	0.2	0.1	1.0	0.8	0.2	1	0.0
[和風バーベキューソース](一部店舗)	27	0.1	0.1	6.5	6.4	0.1	199	0.5
サラダ								
緑の酵素サラダ	13	1.0	0.1	2.8	1.6	1.2	3	0.0
[グレープフルーツドレッシング]	55	0.1	5.3	1.4	1.3	0.1	180	0.5
[シーザーサラダドレッシング]	68	0.3	6.9	1.1	1.0	0.1	153	0.4
サイドメニュー								
Premium potato 博多明太子バターポテト(M)	409	4.8	22.9	46.0	41.8	4.2	747	2.0
Premium potato 博多明太子バターポテト(L)	537	6.3	29.8	61.0	55.3	5.7	851	2.2
Premium potato 博多明太子バターポテト(箱)	1,073	12.4	59.5	122.0	110.6	11.4	1,701	4.4
Premium potato 芳醇バターポテト(M)	410	4.9	23.0	46.0	41.7	4.3	698	1.8
Premium potato 芳醇バターポテト(L)	538	6.4	29.9	61.0	55.2	5.8	802	2.1
Premium potato 芳醇バターポテト(箱)	1,075	12.7	59.7	122.0	110.4	11.6	1,603	4.2
Premium potato ガーリックバターポテト(M)	411	4.9	22.9	46.3	42.1	4.2	755	2.0
Premium potato ガーリックバターポテト(L)	539	6.4	29.8	61.3	55.6	5.7	859	2.3
Premium potato ガーリックバターポテト(箱)	1,077	12.7	59.6	120.2	108.7	11.5	1,717	4.5
[バターソース 8g]	26	0.0	2.6	0.5	0.5	0.0	93	0.2
フレンチフライ S	193	2.3	10.4	22.5	20.3	2.2	305	0.8
フレンチフライ M	374	4.4	20.2	43.8	39.6	4.2	336	0.9
フレンチフライ L	502	5.9	27.1	58.8	53.2	5.6	440	1.2
フレンチフライ 箱	1,004	11.8	54.1	117.5	106.2	11.3	879	2.3
チキンコンソメ味ポテト M	384	4.9	20.4	45.4	40.9	4.5	624	1.6
チキンコンソメ味ポテト L	512	6.4	27.3	60.4	54.5	5.9	727	1.9
チキンコンソメ味ポテト 箱	1,023	12.7	54.5	120.7	109.0	11.7	1,455	3.8
焦がしバター醤油味ポテト M	384	4.7	20.3	45.7	41.3	4.4	606	1.6
焦がしバター醤油味ポテト L	512	6.2	27.2	60.7	54.9	5.8	709	1.9
焦がしバター醤油味ポテト 箱	1,023	12.4	54.3	121.3	109.7	11.6	1,419	3.7
じゃがバター味ポテト M	384	4.9	20.3	45.5	41.2	4.3	582	1.5
じゃがバター味ポテト L	512	6.4	27.2	60.4	54.7	5.7	685	1.8
じゃがバター味ポテト 箱	1,023	12.7	54.4	120.8	109.3	11.5	1,239	3.2
チーズタッカルビ味ポテト M	412	5.8	21.7	46.4	42.1	4.3	788	2.1
チーズタッカルビ味ポテト L	540	7.3	28.6	61.4	55.7	5.7	891	2.3
チーズタッカルビ味ポテト 箱	1,080	14.5	57.2	122.7	111.1	11.6	1,782	4.6
マイクポップコーン	13	0.3	0.7	1.6	1.3	0.3	0	0.1
フライドチキン (1本)	503	14.2	41.6	16.8	16.4	0.4	513	1.4
スパイシーチキン	450	24.0	32.0	16.0	16.0	0.0	750	1.9
シェアボックスA (フライドチキン2本・チキンナゲット10個・箱ポテト1箱)	2,690	69.5	186.3	182.3	168.5	13.8	2,825	7.3
シェアボックスB (フライドチキン2本・チキンナゲット5個・ポテトL1)	1,848	48.9	134.7	108.0	100.7	7.3	1,926	5.0
シェアボックスC (フライドチキン2本・箱ポテト1箱)	2,008	40.1	137.1	151.1	139.1	12.0	1,905	5.0
フレンチフライ チリ&チーズ	357	6.0	19.3	40.2	36.1	4.1	450	1.2
ウェンディーズ チリ S	141	7.7	7.8	10.7	8.8	1.9	425	1.1
ウェンディーズ チリ M	199	11.0	11.1	15.1	12.5	2.6	601	1.6
ウェンディーズ チリ L	281	15.5	15.6	21.3	17.6	3.7	849	2.2
[ホットチリソース]	6	0.0	0.1	1.3	1.3	0.0	280	0.7
新チキンナゲット	334	13.0	27.0	9.0	8.2	0.8	757	1.9
ハニーマスタードソース	87	0.6	5.5	3.8	3.8	0.0	269	0.7
[和風バーベキューソース]	27	0.1	0.1	6.5	6.4	0.1	199	0.5
ハッシュブラウンポテト (モーニングメニュー店舗)	203	1.3	16.0	13.9	12.4	1.5	295	0.9

ウェンディーズ・ファーストキッチン商品 栄養成分情報

更新日:2018/10/11

栄養成分値は『五訂増補 日本食品標準成分表』(文部科学省)を基本としています。
表示されている数値は、配合に基づいた標準値です。
ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますので
ご了承ください。
※一食あたりの数値を表示しています。(一部100gあたりを表示しているものもあります)
※成分値が0または微量の場合は『0』、未分析の場合は『-』と表示しています。
※コーヒーフレッシュなどの別添品は除いた状態で表示しています。表をご覧ください。
※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されますのでご注意ください。
※店舗により販売していない商品もございます。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	糖質	食物繊維	ナトリウム	食塩相当量
	kcal	g	g	g				
ホットドリンク								
ホットコーヒー(S) / カフェインレス ホットコーヒー(S)	1	0.0	0.0	0.1			0	0.0
カフェラテ(S) / カフェインレス カフェラテ(S)	38	2.0	2.0	2.8			24	0.1
カフェラテ(M)	62	3.3	3.4	4.7			40	0.1
カフェモカ(S)	132	2.0	2.4	26.3			52	0.1
ホットココア	132	2.0	2.4	26.2			52	0.1
ホット宇治抹茶ラテ	98	1.6	1.4	20.4			84	0.2
ホット宇治抹茶ラテ(新パウダー)	97	1.4	1.1	20.4			104	0.3
ダーズリンティー	0	0.0	0.0	0.0			0	0.0
ホットピーチティー	31	0.2	0.0	8.0			3	0.0
カフェインレスカフェラテ(S)/カフェラテ(S)(下北沢店のみ)	70	3.5	4.0	5.0			43	0.2
カフェインレス カフェラテ(M)/カフェラテ(M)(下北沢店のみ)	83	4.1	4.7	6.0			51	0.2
ホットココア(M)(原宿竹下通り店限定)	185	2.2	3.4	37.0			73	0.2
カフェモカ(M)(原宿竹下通り店限定)	186	2.2	3.4	37.1			74	0.2
ホット宇治抹茶ラテ(M)(原宿竹下通り店限定)	122	1.7	1.4	25.5			130	0.4
ホットコーヒー(M)/カフェインレスコーヒー(M)(原宿竹下通り店限定)	1	0.1	0.0	0.2			0	0.0
カフェラテ(M)/カフェインレスカフェラテ(M)(原宿竹下通り店限定)	85	4.5	4.6	6.4			54	0.2
カフェラテ(リップス)(原宿竹下通り店限定)	125	6.7	6.8	9.3			80	0.2
カプチーノ(S)(下北沢店のみ)	70	3.5	4.0	5.1			43	0.2
カプチーノ(M)(下北沢店のみ)	74	3.6	4.2	5.3			45	0.2
エスプレッソ(S)(下北沢店のみ)	1	0.1	0.0	0.1			0	0.0
カフェモカ(S)(下北沢店のみ)	132	2.1	2.4	26.4			52	0.2
ミルク(下北沢店のみ)	98	4.9	5.6	7.0			61	0.2
黒みつきなこラテ(S)(下北沢店のみ)	88	3.3	3.5	11.2			35	0.1
クランチキャラメルラテ(S)(下北沢店のみ)	86	3.1	3.9	9.9			50	0.2
コールドドリンク								
カフェインレス アイスコーヒー	1	0.1	0.0	0.1			0	0.0
カフェインレス アイ斯拉テ	26	1.4	1.4	2.0			16	0.1
炭焼アイスコーヒー(S)	1	0.0	0.0	0.1			0	0.0
炭焼アイスコーヒー(M)	1	0.0	0.0	0.1			0	0.0
炭焼アイスコーヒー(L)	1	0.0	0.0	0.2			0	0.0
炭焼アイスカフェラテ(S)	50	2.7	2.7	3.8			32	0.1
炭焼アイスカフェラテ(M)	88	4.7	4.8	6.6			56	0.1
炭焼アイスカフェラテ(L)	100	5.3	5.4	7.5			64	0.2
アイス宇治抹茶ラテ	101	1.4	1.2	21.3			108	0.3
アイ스티ー	2	0.2	0.0	0.2			2	0.0
アイスピーチティー	46	0.2	0.0	12.0			4	0.0
アイスココア	133	1.8	2.4	26.2			60	0.2
ヨーグルトドリンク	143	6.1	2.5	24.2			88	0.2
アイスココア(M)(原宿竹下通り店限定)	132	1.5	2.4	26.3			52	0.2
アイス抹茶ラテ(M)(原宿竹下通り店限定)	101	1.4	1.2	21.3			108	0.3
カフェインレスアイスコーヒー(M)(原宿竹下通り店限定)	1	0.1	0.0	0.2			0	0.0
カフェインレスアイ斯拉テ(S)/アイ斯拉テ(S)(下北沢店のみ)	70	3.5	4.0	5.1			43	0.2
カフェインレスアイ斯拉テ(M)/アイ斯拉テ(M)(下北沢店のみ)	111	5.5	6.3	8.0			68	0.2
カフェインレスアイ斯拉テ(L)/アイ斯拉テ(L)(下北沢店のみ)	127	6.3	7.2	9.1			78	0.2
アイスカプチーノ(S)(下北沢店のみ)	39	1.9	2.2	2.8			24	0.1
アイスカプチーノ(M)(下北沢店のみ)	55	2.7	3.1	4.0			33	0.1
アイスカプチーノ(L)(下北沢店のみ)	64	3.2	3.6	4.7			39	0.1
オレンジジュース(S)	97	1.5	0.0	22.5			7	0.0
オレンジジュース(M)	150	2.3	0.0	34.8			11	0.0
ペプシコーラ(S)	71	0.1	0.0	17.7			3	0.0
ペプシコーラ(M)	114	0.1	0.0	28.4			5	0.0
ペプシコーラ(L)	126	0.1	0.0	31.3			5	0.0
ジンジャーエール(S)	62	0.0	0.0	15.6			2	0.0
ジンジャーエール(M)	100	0.0	0.0	24.9			4	0.0
ジンジャーエール(L)	110	0.0	0.0	27.5			4	0.0

ウェンディーズ・ファーストキッチン商品 栄養成分情報

更新日:2018/10/11

栄養成分値は『五訂増補 日本食品標準成分表』(文部科学省)を基本としています。
表示されている数値は、配合に基づいた標準値です。
ひとつひとつ手作りにしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますので
ご了承ください。
※一食あたりの数値を表示しています。(一部100gあたりを表示しているものもあります)
※成分値が0または微量の場合は『0』、未分析の場合は『-』と表示しています。
※コーヒーフレッシュなどの別添品は除いた状態で表示しています。表をご覧ください。
※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されますのでご注意ください。
※店舗により販売していない商品もございます。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物		ナトリウム	食塩相当量	
				糖質	食物繊維			
	kcal	g	g	g	g	g	mg	g
コールドドリンク								
メロンソーダ(S)	71	0.0	0.0	18.1			4	0.0
メロンソーダ(M)	114	0.0	0.0	28.9			6	0.0
メロンソーダ(L)	126	0.0	0.0	31.9			7	0.0
C.C.レモン(S)	67	0.0	0.0	16.8			16	0.0
C.C.レモン(M)	107	0.0	0.0	26.8			25	0.1
C.C.レモン(L)	119	0.0	0.0	29.6			28	0.1
ウーロン茶(S)	0	0.0	0.0	0.2			13	0.0
ウーロン茶(M)	0	0.0	0.0	0.3			20	0.0
黒烏龍茶(紙パック)	0	0.0	0.0	0.0			28	0.1
レモネード(S)	88	0.0	0.0	21.0			25	0.1
レモネード(M)	131	0.0	0.0	32.0			38	0.2
レモネード(L)	180	0.0	0.0	44.9			52	0.2
HPPドリンク								
グリーンベジタブルミックス	80	0.0	0.0	21.6			8	0.0
キウイミックス	110	0.8	0.0	26.8			8	0.0
マンゴーミックス	104	0.0	0.0	26.2			8	0.0
ストロベリー	94	1.0	0.0	22.6			16	0.0
ベリーミックス	87	0.0	0.0	21.4			8	0.0
アルコール								
カールスバーグ	132	2.0	0.0	9.0			23	0.0
樽生(プレミアムモルツ) (一部店舗)	109	1.4	0.0	9.0			16	0.0
ワイン(赤) (一部店舗)	88	0.3	0.0	1.8			2	0.0
ワイン(白) (一部店舗)	88	0.2	0.0	2.4			4	0.0
ハイボール(ジム・ビーム) (一部店舗)	71	0.0	0.0	0.0			0	0.0
スイーツ								
白玉クリームぜんざい	261	6.7	1.1	58.2			82	0.2
北海道ソフトクリーム	184	5.3	1.4	37.5	37.2	0.3	91	0.2
フレンチトースト	282	7.4	9.8	39.9			244	0.6
アーモンドロール	393	5.9	23.1	39.4			204	0.5
ソフトクリーム(コーンカップ)	158	4.5	1.3	32.1			79	0.2
チーズ インザバウム(一部店舗)	200	3.3	12.3	19.2			166	0.5
シナボン ※西国分寺店限定								
シナボンクラシック(西国分寺店限定)	1,712	28.2	75.3	230.2			1,540	4.0
シナボンコンボ(西国分寺店限定)	856	14.1	37.7	115.1			770	2.0
ミニトリプルコンボ(西国分寺店限定)	1,167	17.9	52.8	154.7			976	2.5
ミニボンクラシック(西国分寺店限定)	876	14.4	38.5	117.7			788	2.0
フロート								
カスタードラテフロート(下北沢店のみ)	401	11.9	16.9	50.1	50.0	0.1	135	0.3
ブルーベリーヨーグルトフロート	283	9.5	3.2	55.0			146	0.3
マンゴーフロート	225	3.7	0.7	53.9			46	0.1
ヨーグルトフロート	247	9.3	3.1	45.4			132	0.3
クリームソーダ	187	3.2	0.6	42.3			49	0.1
コーラフロート	187	3.3	0.6	42.0			48	0.1
オレンジフロート	184	4.6	0.7	40.1			51	0.1
コーヒーフロート	105	3.2	0.6	21.4			45	0.1
ココアフロート	236	5.2	3.0	47.6			97	0.2
宇治抹茶ラテフロート(新パウダー)	205	4.6	1.8	42.6			153	0.4
ピーチティーフロート	195	3.4	0.7	45.1			51	0.1
レモネードマンゴーフロート	249	3.5	0.8	57.4			81	0.2
フルージー								
フルージーマンゴー(ソフトなし)	193	3.1	0.6	46.1			41	0.1
フルージーマンゴー(withソフト)	297	6.3	1.2	67.3			86	0.2
フルージーブルーベリーヨーグルト(ソフトなし)	192	5.6	1.8	39.6			89	0.2
フルージーブルーベリーヨーグルト(withソフト)	296	8.8	2.4	60.9			134	0.3
フルージー桃ヨーグルト(ソフトなし)	245	5.7	2.0	51.6			80	0.2
フルージー桃ヨーグルト(withソフト)	349	8.9	2.6	72.9			125	0.3

ウェンディーズ・ファーストキッチン商品 栄養成分情報

更新日: 2018/10/11

栄養成分値は『五訂増補 日本食品標準成分表』(文部科学省)を基本としています。
表示されている数値は、配合に基づいた標準値です。
ひとつひとつ手作りにしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますので
ご了承ください。
※一食あたりの数値を表示しています。(一部100gあたりを表示しているものもあります)
※成分値が0または微量の場合は『0』、未分析の場合は『-』と表示しています。
※コーヒーフレッシュなどの別添品は除いた状態で表示しています。表をご覧ください。
※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されますのでご注意ください。
※店舗により販売していない商品もございます。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物		ナトリウム	食塩相当量
	kcal	g	g	糖質	食物繊維		
ジュエルタピオカ(原宿店限定)							
タピオカマンゴー	100	0.2	0.0	24.9		0	0.1
タピオカグレープ	120	0.3	0.0	29.7		0	0.1
タピオカストロベリー	114	0.3	0.0	28.3		0	0.1
タピオカライチ	120	0.2	0.0	29.8		0	0.0
タピオカブラックティ	125	0.4	0.0	30.9		0	0.1
タピオカコーヒー	118	0.5	0.0	28.8		0	0.1
タピオカチョコ風味	146	0.9	0.7	34.0		0	0.1
タピオカキャラメル	140	0.7	32.6	0.0		0	0.1
タピオカ抹茶	128	0.4	0.0	31.5		0	0.0
イベントメニュー (イベント開催店舗限定の取り扱いメニュー)							
かき氷[いちご]	109	0.0	0.0	29.6		14	0.1
かき氷[いちご](大)	174	0.0	0.0	47.3		22	0.1
かき氷[ブルーハワイ]	109	0.0	0.0	29.6		14	0.1
かき氷[ブルーハワイ](大)	174	0.0	0.0	47.3		23	0.1
かき氷[レモン]	109	0.0	0.0	29.6		14	0.1
かき氷[レモン](大)	174	0.0	0.0	47.3		22	0.1
タピオカ マンゴードリンク	140	0.4	0.0	37.0		1	0.0
甘海老から揚げ	135	14.2	6.3	4.3	4.1	0.2	334
黒×黒メンチかつ	360	9.0	29.1	2.3	2.3	0.0	433
チーズドッグ(ミニ)	223	5.5	12.0	21.9	21.4	0.5	331
コンディメント							
コーヒーフレッシュ(植物性油脂)	13	0.2	1.3	0.1			7
ガムシロップ	34	0.0	0.0	8.4			0
シュガー	12	0.0	0.0	3.0			0
ポーシオンレモン	1	0.0	0.0	0.3			0
パルメザンチーズ (100g当り)	447	45.8	27.8	3.4			1,400
ハバネロソース(中辛)(100g当り)	29	0.6	0.5	5.4			2,590
ケチャップ(100g当り)	94	1.5	0.2	21.5	19.9	1.6	1,160
食塩(100g当り)	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	39,000
とろーり半熟たまご	83	6.8	5.8	0.2	0.2	0.0	77
バニラシロップ(30ml当り) (下北沢店のみ)	80	0.0	0.0	20.0			0
ヘーゼルナッツシロップ(30ml当り)(下北沢店のみ)	80	0.0	0.0	19.0			0
ストロベリーシロップ(30ml当り) (下北沢店のみ)	80	0.0	0.0	20.0			0
ミニ角砂糖(黒砂糖入り)(1個当り) (下北沢店のみ)	4	0.0	0.0	1.0			0
カップシュガー1/3(1本当り) (下北沢店のみ)	8	0.01	0.0	2.0			0
ピュアココア(1杯4g当り) (下北沢店のみ)	17	0.9	1.0	1.7			1
シナモンシュガー(1杯3g当り) (下北沢店のみ)	12	0.1	0.1	3.0			0
オリジナルソース (100g当り)							
アボカドマヨソース	280	1.2	26.9	7.2	7.0	0.2	1,949
チーズソース	447	1.9	44.6	6.4	6.4	0.0	1,327
辛子明太子マヨソース	392	2.1	38.9	5.5	5.5	0.0	1,528
ガーリックマヨソース	575	1.5	61.3	4.1	3.7	0.4	930