

# 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:2021/11/9

この表示一覧表は、「健康増進法」(栄養表示基準)に従い表記しています。  
また栄養成分値は『七訂増補 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。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	糖質	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g	g	g	g	g
<b>バーガー</b>							
ワイルド☆ロック	870	57.9	77.5	4.7	3.3	1.4	4.4
プレッツェルバーガー	747	38.9	49.2	47.0	44.6	2.4	5.2
ウェンディーズバーガーUSA	578	32.5	40.9	29.7	28.0	1.7	3.5
ウェンディーズバーガーUSA (ダブル)	925	60.4	70.8	31.4	29.1	2.3	5.3
ウェンディーズバーガーUSA (トリプル)	1,271	88.3	100.8	32.6	29.8	2.8	7.2
ベーコンステーキUSA (シングル)	666	36.3	49.3	28.4	27.1	1.3	3.8
ベーコンステーキUSA (ダブル)	1,019	63.2	80.1	29.6	27.8	1.8	5.6
ウェンディーズベーコンエッグバーガー(一部店舗)	592	37.8	40.0	29.2	27.8	1.4	3.3
ウェンディーズチーズベーコンエッグバーガー(一部店舗)	637	40.4	43.7	29.4	28.0	1.4	3.7
ハンバーガー(一部店舗)	293	12.8	15.6	25.6	24.7	0.9	2.1
チーズバーガー(一部店舗)	339	15.4	19.3	25.8	24.9	0.9	2.5
チキンフィレバーガーUSA	643	26.3	35.5	37.0	35.7	1.3	2.5
スパイシーチキンフィレバーガーUSA	614	26.3	35.9	44.0	42.4	1.6	3.2
Jr.チーズバーガーデラックス	415	15.7	27.1	26.8	25.6	1.2	2.7
Jr.ベーコンチーズバーガー	441	16.6	30.2	25.3	24.2	1.1	2.6
ダブルスタック	487	23.3	32.4	25.7	24.7	1.0	3.8
Jr.ベーコンエッグバーガー(一部店舗)	430	21.1	26.1	26.5	25.5	1.0	2.7
Jr.チーズベーコンエッグバーガー(一部店舗)	475	23.7	29.8	26.7	25.7	1.0	3.0
Jr.てりやきバーガー(一部店舗)	374	13.1	23.5	27.3	26.3	1.0	2.6
Jr.てりやきチーズバーガー(一部店舗)	419	15.7	27.2	27.6	26.6	1.0	2.9
<b>パスタ</b>							
罪なカルボナーラ	822	20.5	48.0	77.9	71.8	6.1	3.1
ベーコンとアボカドのジェノベーゼ	661	16.8	32.7	78.4	71.6	6.8	3.4
とろ〜りモッツアレラとベーコンのトマトソース	662	26.5	24.9	80.0	74.7	5.3	4.2
牛ほほ肉のクリームミートソース	543	17.7	17.6	79.3	75.4	3.9	2.6
カルボナーラ	612	18.3	27.7	73.3	70.3	3.0	2.7
熟成博多明太子	469	14.9	13.8	73.2	69.8	3.4	3.9
<b>スープ</b>							
8種の具材の豆乳クラムチャウダー	149	4.7	8.2	14.9	13.3	1.6	2.1
<b>トッピングメニュー</b>							
ビーフパティ(S) 1枚	151	7.9	13.1	0.3	0.3	0.0	0.3
ビーフパティ(L) 1枚	301	25.3	26.2	1.0	0.5	0.5	0.5
ブリックベークン 3枚	52	1.6	4.7	0.3	0.3	0.0	0.3
スライスチーズ 1枚	46	2.5	3.7	0.2	0.2	0.0	0.4
チーズソース	28	0.7	1.4	0.9	0.9	0.0	0.3
(チリポテト用) チリ	32	1.7	1.5	3.1	2.6	0.5	0.3
ピクルス2枚	1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.0	0.2
レタス 1枚	2	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1	0.0
オニオン 2枚	1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.0
スライストマト 1枚	4	0.2	0.1	1.0	0.8	0.2	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: 2021/11/9



この表示一覧表は、「健康増進法」(栄養表示基準)に従って表記しています。  
 また栄養成分値は『七訂増補 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。

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物		食塩相当量
				糖質	食物繊維	
	kcal	g	g	g	g	g
<b>ポテトメニュー</b>						
陽だまりのコーンポタージュ味ポテト(M)	388	5.0	20.3	45.8	41.5	4.3
陽だまりのコーンポタージュ味ポテト(L)	516	6.5	27.2	60.7	55.0	5.7
陽だまりのコーンポタージュ味ポテト(箱)	1,032	12.9	54.4	121.4	110.0	11.4
フレンチフライポテト(S)	242	3.0	12.2	30.0	27.1	2.9
フレンチフライポテト(M)	374	4.4	20.2	43.8	39.6	4.2
フレンチフライポテト(L)	502	5.9	27.1	58.8	53.2	5.6
フレンチフライポテト(箱)	1,004	11.8	54.1	117.5	106.2	11.3
濃厚じゃがバター味ポテト (M)	388	5.1	20.4	45.6	41.3	4.3
濃厚じゃがバター味ポテト (L)	517	6.6	27.3	60.6	54.8	5.8
濃厚じゃがバター味ポテト (箱)	1,033	13.0	54.6	121.1	109.6	11.5
チキンコンソメ味ポテト(M)	385	4.9	20.4	45.6	41.2	4.4
チキンコンソメ味ポテト(L)	514	6.4	27.3	60.6	54.7	5.9
チキンコンソメ味ポテト(箱)	1,027	12.8	54.5	121.2	109.4	11.8
焦がしバター醤油味ポテト(M)	385	4.8	20.3	46.0	41.6	4.4
焦がしバター醤油味ポテト(L)	513	6.3	27.2	61.0	55.2	5.8
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
のり塩味ポテト(M)	386	4.9	20.2	45.8	41.5	4.3
のり塩味ポテト(L)	515	6.4	27.1	60.8	55.1	5.7
のり塩味ポテト(箱)	1,029	12.7	54.1	121.6	110.1	11.5
フレンチフライ チリ&チーズ	384	7.5	20.4	41.1	36.9	4.2
ラウンドハッシュポテト (モーニングメニュー店舗)	243	1.7	18.9	16.5	14.7	1.8
<b>サイドメニュー</b>						
うまだし手羽元から揚げ(1本) (一部店舗)	286	9.8	22.9	8.1		1.0
うまだれ手羽元から揚げ(1本) (一部店舗)	297	10.0	22.9	10.8		1.3
うまから手羽元から揚げ(1本) (一部店舗)	298	10.0	22.9	11.1		1.3
モッツアレラのび〜るチーズ チキンナゲット(5個入) (一部店舗)	489	21.6	39.6	10.9	8.8	2.1
チキンナゲット(10個)	668	26.0	54.0	18.0	16.4	3.8
和風バーベキューソース(ナゲットソース)	27	0.1	0.1	6.5	6.4	0.1
ハニーマスタードソース (ナゲットソース)	100	0.8	8.2	5.6	5.7	0.0
フライドチキン(1本)	503	14.2	41.6	16.8	16.4	0.4
フライドチキン 4本パック	2,009	56.7	166.1	67.2	65.8	1.4
フライドチキン 8本パック	4,018	113.3	332.2	134.4	131.5	2.9
スパイシーチキン	391	22.0	25.0	17.4	16.8	0.6
シェアボックス① (フライドチキン2本・チキンナゲット5個・フレンチフライポテトL1個)	1,848	48.9	134.7	108.0	100.7	7.3
シェアボックス② (フライドチキン2本・フレンチフライポテト1箱)	2,008	40.1	137.1	151.1	139.1	12.0
※上記シェアボックス①②については各種ポテトフレーバー及び各種添付ソースの栄養成分値は含まれません。これらの栄養成分値に關しましては【ポテトメニュー】【サイドメニュー】をご確認ください。						
スパイシーチキンBOX(6枚パック) (一部店舗)	2,344	131.6	149.7	104.2	100.9	3.3
チキンフィレBOX(6枚パック) (一部店舗)	2,517	131.4	146.9	62.3	60.1	2.2
ミックスチキンBOX(6枚パック) (一部店舗)	2,443	131.5	148.3	83.2	80.5	2.7
ウェンディーズ チリ (M)	199	11.0	11.1	15.1	12.5	2.6
ウェンディーズ チリ (L)	281	15.5	15.6	21.3	17.6	3.7
〔ホットチリソース〕	6	0.0	0.1	1.3	1.3	0.0
<b>スイーツ</b>						
ポップエルチェ	261	4.3	15.8	25.5	24.8	0.7
箱ミニパンケーキ(デリバリーメニュー限定)	976	17.1	56.6	99.8	97.0	2.8
白玉クリームぜんざい	291	6.3	6.9	50.9	48.8	2.1
ソフトクリーム(カップ) (一部店舗)	160	3.5	6.6	21.7	21.6	0.1
メロトツォ(プレーン) (一部店舗)	341	5.6	16.4	43.0	42.2	0.8
メロトツォ(抹茶あずき) (一部店舗)	389	6.8	16.6	53.7	51.9	1.8
メロトツォ(ティラミス) (一部店舗)	342	5.7	16.4	43.1	42.3	0.8

# 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:2021/11/9

この表示一覧表は、「健康増進法」(栄養表示基準)に従い表記しています。  
また栄養成分値は『七訂増補 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。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	糖質		食塩相当量
					糖質	食物繊維	
	kcal	g	g	g	g	g	g
<b>ホットドリンク</b>							
ホットコーヒー(S)	1	0.0	0.0	0.1			0.0
カフェラテ(S)	38	2.0	2.0	2.8			0.1
カフェラテ(M)	62	3.3	3.4	4.7			0.1
カフェモカ(S)	132	2.0	2.4	26.3			0.1
ホットココア	132	2.0	2.4	26.2			0.1
ホット宇治抹茶ラテ	97	1.4	1.1	20.4			0.3
ダーズリンティー	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			0.0
<b>コールドドリンク</b>							
アイスコーヒー(M)	1	0.0	0.0	0.1			0.0
アイスコーヒー(L)	1	0.0	0.0	0.2			0.0
アイスカフェラテ(S)	50	2.7	2.7	3.8			0.1
アイスカフェラテ(M)	88	4.7	4.8	6.6			0.1
アイスカフェラテ(L)	100	5.3	5.4	7.5			0.2
アイ스티ー	10	0.2	0.0	2.3	2.3	0.0	0.1
アイスピーチティー	46	0.2	0.0	12.0			0.0
アイスココア	133	1.8	2.4	26.2			0.2
アイス宇治抹茶ラテ	101	1.4	1.2	21.3			0.3
オレンジジュース(S)	70	1.2	0.0	16.1	15.8	0.3	0.1
オレンジジュース(M)	104	1.8	0.0	24.1	23.7	0.4	0.1
ペプシコーラ(S)	69	0.0	0.0	17.0	17.0	0.0	0.1
ペプシコーラ(M)	109	0.0	0.0	27.2	27.2	0.0	0.1
ペプシコーラ(L)	205	0.0	0.0	51.0	51.0	0.0	0.1
ジンジャーエール(S)	61	0.0	0.0	15.1	15.1	0.0	0.1
ジンジャーエール(M)	97	0.0	0.0	24.1	24.1	0.0	0.1
ジンジャーエール(L)	181	0.0	0.0	45.2	45.2	0.0	0.1
メロンソーダ(S)	69	0.0	0.0	17.1	17.1	0.0	0.1
メロンソーダ(M)	110	0.0	0.0	27.4	27.4	0.0	0.1
メロンソーダ(L)	206	0.0	0.0	51.3	51.3	0.0	0.1
ウーロン茶(S)	2	0.0	0.0	0.4	0.4	0.0	0.1
ウーロン茶(M)	3	0.0	0.0	0.5	0.5	0.0	0.1
レモネード(S)	73	0.2	0.0	18.3	18.3	0.0	0.1
レモネード(M)	122	0.2	0.0	30.5	30.5	0.0	0.1
レモネード(L)	219	0.4	0.0	54.9	54.9	0.0	0.2
<b>ジュエルタピオカ</b>							
ジュエルタピオカ ストロベリー(一部店舗)	268	7.2	7.2	43.7	27.1	16.6	0.2
ジュエルタピオカ 黒糖ミルク(一部店舗)	322	7.3	7.2	57.6	37.8	19.8	0.3
ジュエルタピオカ 黒糖ロイヤルミルクティー(一部店舗)	247	3.6	2.8	52.8	32.6	19.9	0.3
ジュエルタピオカ 黒糖ミルク	290	4.5	4.4	58.1	34.2	23.9	0.2
ジュエルタピオカ 黒糖ロイヤルミルクティー	244	2.2	1.7	54.9	31.0	23.9	0.2
<b>アルコール(一部店舗)</b>							
カールスバーク	132	2.0	0.0	9.0			0.0
<b>フロート</b>							
クリームソーダ	230	2.8	5.3	42.7	42.6	0.1	0.2
コーラフロート	229	2.8	5.3	42.4	42.3	0.1	0.2
オレンジフロート	225	4.5	5.3	39.9	39.4	0.5	0.2
コーヒーフロート	129	2.9	5.3	17.6	17.3	0.3	0.2
ココアフロート	260	4.8	7.7	43.7	41.9	1.8	0.3
宇治抹茶ラテフロート	229	4.2	6.5	38.7	37.6	1.1	0.5
ピーチティーフロート	225	2.9	5.3	42.8	42.7	0.1	0.4

# 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:2021/11/9

この表示一覧表は、「健康増進法」(栄養表示基準)に従い表記しています。  
 また栄養成分値は『七訂増補 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。



	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	糖質	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g	g	g	g	g
<b>おうちdeキッチン商品 (TAKEOUT商品)</b>							
おうち生パスタ [冷凍製品] ブランリングイネ(1個)	334	10.8	2.8	67.8	64.8	3.0	0.4
おうち生パスタ [冷凍製品] 牛ほほ肉クリームミートソース(1個)	167	6.8	10.2	11.4	10.6	0.8	2.1
おうち生パスタ [冷凍製品] カルボナーラ(1個)	233	7.4	20.0	5.2	5.1	0.1	2.3
おうちタピオカ [冷凍製品] ジュエルタピオカ ブラウンシュガー(1個)	188	0.3	0.0	46.8	24.3	22.5	0.05
おうちタピオカ [冷凍製品] ジュエルタピオカ ストロベリー(1個)	137	0.3	0.0	34.0	17.4	16.6	0.02
<b>にじさんじコラボ限定メニュー (渋谷センター街店・横浜パルナード店・池袋北口店・梅田HEPナビオ店限定)</b>							
リゼ・ヘルエスタのベーコンダブルチーズバーガー	642	28.1	46.6	27.7	26.5	1.2	4.4
笹木咲の彩り柚子こしょうクリームパスタ	582	15.2	22.2	82.4	77.8	4.6	3.9
椎名唯華のもちもちココアフロート	330	5.8	7.9	59.2	57.3	1.9	0.4
アンジュ・カトリーナのチェダーチーズチキンナゲット	769	29.4	60.9	22.8	21.0	1.8	4.6
成玄とこのストロベリージンジャーフロート	292	3.2	5.6	57.2	54.7	2.5	0.2
<b>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)</b>							
かき氷[いちご]	110	0.0	0.0	29.7	29.7	0.0	0.1
かき氷[いちご](大)	175	0.0	0.0	47.5	47.5	0.0	0.1
かき氷[ブルーハワイ]	110	0.0	0.0	29.7	29.7	0.0	0.1
かき氷[ブルーハワイ](大)	175	0.0	0.0	47.5	47.5	0.0	0.1
かき氷[抹茶]	120	0.0	0.0	32.5	32.5	0.0	0.1
かき氷[抹茶](大)	192	0.0	0.0	52.0	52.0	0.0	0.1
ラウンドハッシュポテト(3個)	243	1.7	18.9	16.5	14.7	1.8	0.8
チーズハッシュポテトS(5個)	197	2.2	14.9	13.9	12.0	1.9	0.5
チーズハッシュポテトM(8個)	315	3.4	23.7	22.1	19.2	2.9	0.7
アメリカンドッグ	326	5.2	23.2	24.0			0.9
フランクフルト	271	9.9	24.2	2.4			1.5
若鶏のチキン竜田	340	10.6	27.4	11.9	11.9	0.0	1.1
チキンナゲット(5個)	334	13.0	27.0	9.0	8.2	0.8	1.9
から揚げ(5個)	525	20.5	39.3	22.5	22.3	0.2	1.3
<b>コンディメント</b>							
コーヒーフレッシュ(植物性油脂)	12	0.2	1.2	0.1	0.1	0.0	0.0
ガムシロップ	34	0.0	0.0	8.4			0.0
シュガー	12	0.0	0.0	3.0			0.0
ポーションレモン	1	0.0	0.0	0.3			0.0
パルメザンチーズ(100g当り)	447	45.8	27.8	3.4			3.6
ハバネロソース(中辛)(100g当り)	29	0.6	0.5	5.4			6.6
ケチャップ(100g当り)	94	1.5	0.2	21.5	19.9	1.6	2.9
食塩(100g当り)	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	99.1
バニラシロップ(30ml当り) (下北沢店のみ)	80	0.0	0.0	20.0			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			0.0
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			0.0
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			0.0
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			0.0
ピュアココア(1杯4g当り) (下北沢店のみ)	17	0.9	1.0	1.7			0.0
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			0.0