

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: 2021/9/6



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
バーガー							
ワイルド☆ロック	878	57.7	78.3	4.8	3.4	1.4	4.4
ハラペーニョポッパー	561	34.4	38.5	29.0	27.5	1.5	3.8
ハラペーニョポッパーチキン	684	31.0	36.8	38.4	37.1	1.3	3.6
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
ベーコネーターUSA (シングル)	666	36.3	49.3	28.4	27.1	1.3	3.8
ベーコネーターUSA (ダブル)	1,019	63.2	80.1	29.6	27.8	1.8	5.6
ベーコンエッグバーガー(一部店舗)	441	21.0	27.0	27.4	26.4	1.0	2.9
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
パスタ							
洋食屋さんのナポリタン	559	15.4	17.2	87.9	77.1	10.8	2.8
洋食屋さんのナポリタン (倍盛)	941	26.7	21.9	163.1	146.0	17.1	4.0
ベーコンとアボカドのジェノベーゼ	676	16.4	34.5	78.6	71.8	6.8	3.5
ベーコンとアボカドのジェノベーゼ (倍盛)	1,077	27.8	43.8	147.7	137.8	9.9	5.1
とろ〜りモッツアレラとベーコンのトマトソース	660	25.3	25.0	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
スープ							
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
トッピングメニュー							
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
スライスマト 1枚	4	0.2	0.1	1.0	0.8	0.2	0.0
ポテトメニュー							
炭火カルビ焼肉味ポテト(M)	386	5.1	20.2	45.5	41.2	4.3	1.8
炭火カルビ焼肉味ポテト(L)	515	6.6	27.1	60.5	54.7	5.8	2.0
炭火カルビ焼肉味ポテト(箱)	1,030	13.2	54.2	120.9	109.5	11.4	4.0
博多明太子味ポテト(M)	385	4.8	20.3	45.8	41.6	4.2	1.9
博多明太子味ポテト(L)	513	6.3	27.2	60.8	55.1	5.7	2.1
博多明太子味ポテト(箱)	1,025	12.5	54.3	121.6	110.2	11.4	4.2
フレンチフライポテト(S)	242	3.0	12.2	30.0	27.1	2.9	0.9
フレンチフライポテト(M)	374	4.4	20.2	43.8	39.6	4.2	0.9
フレンチフライポテト(L)	502	5.9	27.1	58.8	53.2	5.6	1.2
フレンチフライポテト(箱)	1,004	11.8	54.1	117.5	106.2	11.3	2.3

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: 2021/9/6



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
ポテトメニュー							
濃厚じゃがバタ味ポテト (M)	388	5.1	20.4	45.6	41.3	4.3	1.6
濃厚じゃがバタ味ポテト (L)	517	6.6	27.3	60.6	54.8	5.8	1.9
濃厚じゃがバタ味ポテト (箱)	1,033	13.0	54.6	121.1	109.6	11.5	3.8
チキンコンソメ味ポテト(M)	385	4.9	20.4	45.6	41.2	4.4	1.8
チキンコンソメ味ポテト(L)	514	6.4	27.3	60.6	54.7	5.9	2.0
チキンコンソメ味ポテト(箱)	1,027	12.8	54.5	121.2	109.4	11.8	4.0
焦がしバター醤油味ポテト(M)	385	4.8	20.3	46.0	41.6	4.4	1.7
焦がしバター醤油味ポテト(L)	513	6.3	27.2	61.0	55.2	5.8	2.0
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	3.7
のり塩味ポテト(M)	386	4.9	20.2	45.8	41.5	4.3	1.7
のり塩味ポテト(L)	515	6.4	27.1	60.8	55.1	5.7	2.0
のり塩味ポテト(箱)	1,029	12.7	54.1	121.6	110.1	11.5	3.9
フレンチフライ チリ&チーズ	384	7.5	20.4	41.1	36.9	4.2	1.5
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	0.8
サイドメニュー							
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	2.6
チキンナゲット(10個)	668	26.0	54.0	18.0	16.4	1.6	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	0.5
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	1.1
フライドチキン (1本)	503	14.2	41.6	16.8	16.4	0.4	1.4
フライドチキン 4本パック	2,009	56.7	166.1	67.2	65.8	1.4	5.3
フライドチキン 8本パック	4,018	113.3	332.2	134.4	131.5	2.9	10.6
スパイシーチキン	391	22.0	25.0	17.4	16.8	0.6	2.1
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	5.0
シェアボックス② (フライドチキン2本・フレンチフライ箱ポテト1箱)	2,008	40.1	137.1	151.1	139.1	12.0	5.0
※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関しましては【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	12.1
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	7.9
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	10.0
ウェンディーズ チリ (M)	199	11.0	11.1	15.1	12.5	2.6	1.6
ウェンディーズ チリ (L)	281	15.5	15.6	21.3	17.6	3.7	2.2
[ホットチリソース]	6	0.0	0.1	1.3	1.3	0.0	0.7
スイーツ							
伊右衛門宇治抹茶アフォガート	163	3.8	6.7	22.2	21.7	0.5	0.3
伊右衛門宇治抹茶白玉クリームぜんざい	294	6.6	7.0	51.4	48.9	2.5	0.3
ポップエルチェ	261	4.3	15.8	25.5	24.8	0.7	0.9
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	2.9
白玉クリームぜんざい	291	6.3	6.9	50.9	48.8	2.1	0.3
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	0.2
香港風メロンパン(バター) (一部店舗)	426	4.8	28.7	37.3	36.5	0.8	0.7
香港風メロンパン(あずき&バター) (一部店舗)	474	6.0	28.8	48.0	46.2	1.8	0.7
香港風メロンパン(カチョカヴァロ&バター) (一部店舗)	501	10.1	34.5	37.6	36.5	1.1	0.9
メロトツオ(プレーン) (一部店舗)	341	5.6	16.4	43.0	42.2	0.8	0.3
メロトツオ(抹茶あずき) (一部店舗)	389	6.8	16.6	53.7	51.9	1.8	0.4
メロトツオ(ティラミス) (一部店舗)	342	5.7	16.4	43.1	42.3	0.8	0.4
メロモッチ(熊本和栗) (一部店舗)	406	10.3	14.6	58.7	57.4	1.3	0.6
メロモッチ(北海道あずき) (一部店舗)	385	10.4	13.3	55.9	54.0	1.9	0.6
ジュエルフルーツ氷 ストロベリー&レモン	295	3.2	5.6	58.6	56.1	2.5	0.2
ジュエルフルーツ氷 パイナップル&パッションフルーツ	311	3.3	5.7	62.4	59.5	2.9	0.2
ジュエルフルーツ氷 ピンクグレープフルーツ&レモン	309	3.1	5.5	62.6	60.3	2.3	0.2
カラフルかき氷ソフト ストロベリー&ピーチ	239	2.8	5.3	47.0	46.9	0.1	0.3
カラフルかき氷ソフト ブルーハワイ&ピーチ	239	2.8	5.3	47.0	46.9	0.1	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: 2021/9/6

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			食塩相当量
					糖質	食物繊維	
	kcal	g	g	g	g	g	g
ホットドリンク							
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
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
コールドドリンク							
伊右衛門宇治抹茶ラテ(S)	87	3.2	2.9	12.4	11.7	0.7	0.1
伊右衛門宇治抹茶ラテ(M)	158	5.5	5.0	23.5	22.5	1.0	0.2
伊右衛門レモネード 宇治抹茶	118	0.8	0.2	29.1	28.4	0.7	0.0
伊右衛門レモネード ほうじ茶	116	0.2	0.0	28.9	28.9	0.0	0.1
ジュエルフルーツヨーグルト ストロベリー&レモン	229	6.2	6.0	37.7	35.2	2.5	0.2
ジュエルフルーツヨーグルト パイナップル&パッションフルーツ	246	6.3	6.1	41.5	38.6	2.9	0.2
ジュエルフルーツヨーグルト ピンクグレープフルーツ&レモン	244	6.1	6.0	41.7	39.4	2.3	0.2
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
アイスティー	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
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
ジュエルタピオカ (一部店舗)							
ジュエルタピオカ ストロベリー	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	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	247	3.6	2.8	52.8	32.6	19.9	0.3
アルコール (一部店舗)							
カールスバーク	132	2.0	0.0	9.0			0.0
フロート							
伊右衛門宇治抹茶ラテフロート	252	8.0	10.2	32.6	31.8	0.8	0.4
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
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: 2021/9/6



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		食塩相当量
					糖質	食物繊維	
	kcal	g	g	g	g	g	g
おうちdeキッチン商品 (TAKEOUT商品)							
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
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)							
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
戌亥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
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]	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
コンディメント							
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