

・ 栄養成分一覧表 ・

The logo for Denny's, featuring the word "Denny's" in a red, stylized, cursive font with a registered trademark symbol (®) to the right.

こちらの一覧は、該当店（B）に対応しております。
ご利用店舗をホームページでご確認の上、ご覧ください。

お客様へ

- すべての栄養成分は、原材料及び調理に関わる副原料の栄養成分の各値を合計した標準値を表示しておりますが、食材・調理状況より誤差が生じる場合がございます。目安の数値としてお考えください。
- 付合せの野菜等は季節によって変わることがございます。
- 地域・店舗により販売しているメニューが異なりますので、お取り扱いしていないメニューもございます。

【 2022年4月19日 更新 】

メニュー名	エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)
お得なセットメニュー							
◆メイン							
おろしハンバーグ ライス付	610	2.4	26.0	18.0	89.4	6.1	83.3
なすと香味野菜のハンバーグ～サラダ仕立て ライス付	641	3.3	25.6	19.6	94.4	5.7	88.7
BEEFハンバーグステーキ[約200g]～おろしソース ライス付	654	3.0	36.2	18.6	88.3	6.1	82.2
カットステーキ (約130g) ～ガーリックソース ライス付	563	3.9	29.2	12.0	87.4	5.1	82.3
グリルチキン～おろしソース ライス付	673	3.0	38.6	24.2	78.4	5.7	72.7
とろ～り卵とチーズのオムライス	755	4.9	29.4	39.2	69.4	1.3	68.1
ハンバーグカレードリア	772	4.1	32.5	33.5	87.5	5.2	82.3
アメリカンクラブハウスサンド	995	4.2	32.1	56.2	88.7	3.4	85.3
◆サラダ							
シーザーサラダ	169	1.0	5.1	13.6	6.6	1.0	5.6
生ハムサラダ	117	1.4	4.0	9.6	3.8	1.2	2.6
COBBサラダ	179	1.2	7.0	14.6	5.7	1.6	4.1
ベーコンとほうれん草	159	2.1	6.3	13.4	5.1	3.9	1.2
フライドポテト	302	0.9	3.6	14.7	38.2	1.8	36.4
シャカシャカポテト (醤油バター)	301	1.2	3.8	14.8	37.5	1.7	35.8
綾鷹 (525ml) ペットボトル	0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
コカ・コーラ (500ml) ペットボトル	225	0.0	0.0	0.0	56.5	0.0	56.5
宅配テイクアウト限定デザート *店舗限定							
チョコレートプリンパルフェ	313	0.1	3.6	16.3	40.7	2.1	38.6
抹茶白玉パルフェ～京都府産宇治抹茶使用	365	0.2	4.6	16.0	52.0	3.8	48.2
マスクメロンのパルフェ	289	0.1	3.8	16.4	32.8	0.7	32.1
おこさま							
おこさまランチ (ゼリーつき)	458	1.7	14.7	15.4	66.8	2.9	63.9
おこさまハンバーガー (ゼリーつき)	437	1.9	15.6	17.4	55.1	2.3	52.8
おこさまオムライス (ゼリーつき)	341	2.1	12.5	15.3	37.8	0.5	37.3
デニースわくわくプレート (ゼリーつき)	763	3.9	25.6	40.8	73.4	4.1	69.3
合挽きハンバーグ							
和風ハンバーグ	372	2.5	23.0	20.0	25.6	3.2	22.4
デミ煮込みハンバーグ	415	2.9	23.9	22.0	31.2	3.4	27.8
おろしハンバーグ	329	2.4	21.5	17.5	22.6	3.4	19.2
ガツンと香る!! ガーリックハンバーグ	404	2.7	22.7	22.1	29.8	4.0	25.8
なすと香味野菜のハンバーグ～サラダ仕立て	361	3.3	21.1	19.1	27.6	3.0	24.6
粒つぶマスタードの塩レモンハンバーグ	349	2.9	22.2	18.2	26.4	4.9	21.5
ガドガドアボカドハンバーグ	597	2.8	29.8	41.1	31.3	6.8	24.5
あめいろたまねぎソースのハンバーグ	578	4.2	32.2	36.0	32.0	3.6	28.4
選べるソース (ハンバーグ・肉料理用)							
【選べるソース】おろしソース	18	1.0	0.6	0.0	4.4	1.1	3.3
【選べるソース】オリエンタルソース	50	1.1	1.8	2.6	5.0	0.2	4.8
【選べるソース】デミグラスソース	49	1.1	2.0	2.5	4.6	0.4	4.2
【選べるソース】ガーリックソース	54	1.1	1.3	1.8	8.1	0.5	7.6
ハンバーグ&ステーキ							
BEEFハンバーグステーキ[約100g]～選べるソース	198	1.2	16.1	9.7	11.7	1.8	9.9
BEEFハンバーグステーキ[約200g]～選べるソース	355	2.0	31.1	18.1	17.1	2.3	14.8
BEEFハンバーグステーキ[約300g]～選べるソース	513	2.8	46.1	26.5	22.5	2.8	19.7
サーロインステーキ【約160g】～選べるソース	485	1.8	29.5	39.4	8.2	1.9	6.3
カットステーキ (約130g) ～選べるソース	229	2.8	23.4	9.7	12.5	1.9	10.6

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2022年4月19日 更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)
大盛り カットステーキ (約190g) ~選べるソース	307	3.3	32.8	13.3	14.6	1.9	12.7
グリルチキン~選べるソース	374	2.0	33.5	23.7	7.2	1.9	5.3
GRILLブラザーズ~選べるソース	676	3.5	66.2	36.3	21.8	2.6	19.2
Wビーフのグリル (カットステーキ&BEEFハンバーグステーキ[約200g]) ~選べるソース	460	3.7	43.6	22.9	20.0	2.3	17.7
和風ビーフシチュー	569	3.1	22.3	40.8	28.7	2.9	25.8
タルタルチキン南蛮	561	4.6	26.4	33.4	39.9	2.3	37.6
粒つぶマスタードの塩レモン鶏唐揚げ	456	3.4	26.1	26.7	31.1	4.6	26.5
ドリア・グラタン							
生ハムとルッコラのかぼちゃグラタン	433	2.5	19.6	16.1	53.2	5.0	48.2
のび~るチーズのオムドリア	675	3.8	25.8	30.8	74.8	4.0	70.8
ハンバーグカレードリア	772	4.1	32.5	33.5	87.5	5.2	82.3
3種チーズの海老ドリア	496	2.4	16.0	22.6	58.6	2.9	55.7
15種類の野菜を食べるキーマカレードリア	391	3.4	17.6	18.4	41.4	7.9	33.5
ライスプレート							
とろ~り卵とチーズのオムライス	755	4.9	29.4	39.2	69.4	1.3	68.1
15種類の野菜とチキンのキーマカレー	547	3.1	14.2	13.1	96.8	8.0	88.8
鶏肉のバジル炒めごはん~ガバオ・ガイ	744	3.2	29.1	33.1	82.9	4.2	78.7
チキンジャンバラヤ	858	4.7	42.2	41.5	74.3	1.9	72.4
チキンジャンバラヤ (大盛り)	1041	5.5	46.1	46.1	105.9	2.5	103.4
ジャンバラヤ	366	1.6	7.8	9.2	63.2	1.2	62.0
大盛りジャンバラヤ	549	2.4	11.7	13.8	94.8	1.8	93.0
海老とハーブ鶏の和風雑炊	293	6.9	17.9	5.6	45.7	5.1	40.6
パスタ							
ミートスパゲッティ	608	4.3	22.8	22.1	81.1	6.2	74.9
た~っぷりたらこのスパゲッティ~北海道バター使用	400	3.4	20.0	6.6	67.3	4.0	63.3
刻みわさびとアボカドの和風スパゲッティ	470	3.7	20.2	11.4	74.5	5.9	68.6
ベーコンとパルミジャーノのスパゲッティ~カーチョエペーペ	477	2.0	21.2	15.0	66.4	3.8	62.6
ベーコンとなすのトマトスパゲッティ	620	2.6	18.7	27.6	76.5	5.3	71.2
4種チーズのカルボナーラ	613	3.6	20.7	27.1	72.2	3.8	68.4
麺							
昔ながらの中華麺	487	7.5	23.1	15.5	65.2	3.8	61.4
胡麻香る四川風担々麺	1042	7.3	33.9	67.6	75.2	8.1	67.1
弁当・オードブル							
和風ハンバーグ弁当	708	3.4	29.1	26.6	91.0	6.7	84.3
デミグラスハンバーグ弁当	696	3.4	28.9	26.5	88.1	6.1	82.0
ガーリックハンバーグ弁当	740	3.6	28.8	28.7	95.1	7.5	87.6
照りタルハンバーグ弁当	731	4.3	28.1	27.7	95.3	6.8	88.5
グリルチキン弁当~おろしソース	723	3.9	40.1	30.2	75.4	5.5	69.9
粒つぶマスタードの塩レモン唐揚げ弁当	739	4.0	30.9	30.6	89.6	6.7	82.9
チキン南蛮弁当	803	4.9	30.9	33.5	97.1	4.3	92.8
GRILLブラザーズ弁当	1201	5.1	70.9	50.2	120.3	7.6	112.7
カットステーキ弁当	780	4.7	41.6	19.7	113.0	6.9	106.1
オードブルプレート	1154	8.0	59.8	69.7	75.3	6.4	68.9

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2022年4月19日 更新】

メニュー名	エネルギー (kcal)	食塩相当量 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (総量) (g)	糖質 (g)
フレッシュサラダ							
ローストビーフとアボカドのパワーサラダ～人参ドレッシング	264	1.9	10.8	20.1	12.3	4.2	8.1
モルタデッラとアボカドのパワーサラダ～シーザードレッシング	355	2.3	8.5	30.7	13.3	3.8	9.5
臭だくさんシーザーサラダ	290	1.8	9.6	23.0	11.2	1.4	9.8
臭だくさん生ハムサラダ	161	2.1	6.0	12.9	5.5	1.7	3.8
シーザーサラダ	169	1.0	5.1	13.6	6.6	1.0	5.6
生ハムサラダ	117	1.4	4.0	9.6	3.8	1.2	2.6
COBBサラダ	179	1.2	7.0	14.6	5.7	1.6	4.1
イタリアンサラダ自家製～レモンドレッシング	115	0.9	2.6	8.8	7.1	1.1	6.0
サンドイッチ							
アメリカンクラブハウスサンド	995	4.2	32.1	56.2	88.7	3.4	85.3
グリルドチーズサンド（フライドポテトつき）	532	2.0	11.0	26.0	63.2	2.3	60.9
サイドメニュー							
鶏の唐揚げ（3個）	270	1.2	17.3	17.4	11.3	0.0	11.3
海老フライ（2尾）	291	1.2	7.6	22.8	15.2	1.1	14.1
フライドポテト	302	0.9	3.6	14.7	38.2	1.8	36.4
たらマヨポテト	384	2.0	5.9	22.7	37.7	1.7	36.0
山盛りフライドポテト	605	1.8	7.2	29.4	76.5	3.6	72.9
シャカシャカポテト（醤油バター）	301	1.2	3.8	14.8	37.5	1.7	35.8
ベーコンとほうれん草	159	2.1	6.3	13.4	5.1	3.9	1.2
厚切りトースト（テイクアウトのみ）	312	1.0	7.2	8.6	51.5	1.5	50.0
ライス	281	0.0	4.5	0.5	66.8	2.7	64.1
ライス（少なめ）	156	0.0	2.5	0.3	37.1	1.5	35.6
ライス（大盛り）	406	0.0	6.5	0.8	96.5	3.9	92.6
石窯ブル	211	0.8	5.6	6.2	31.6	1.3	30.3
コーンスープ	74	0.7	2.5	3.0	9.8	1.2	8.6
オードブルプレート	1154	8.0	59.8	69.7	75.3	6.4	68.9