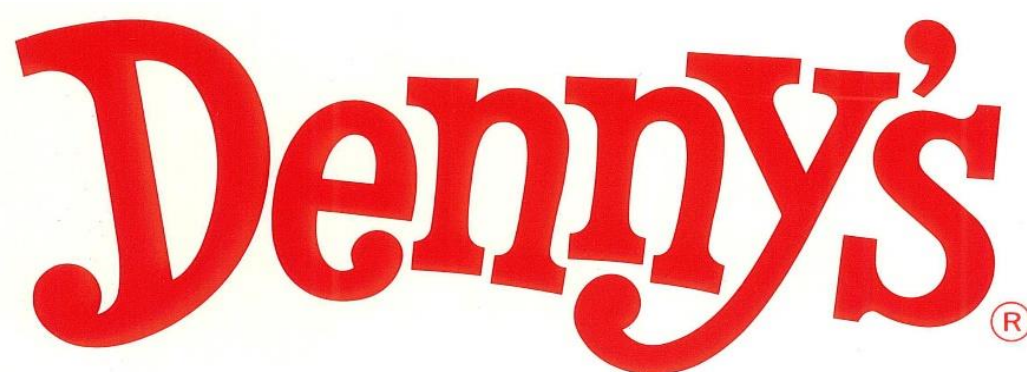


# ・ 栄養成分一覧表 ・

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（宅配・テイクアウト専門店）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5月24日 更新 】

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2022年5月24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)
<b>デザート（新宿御苑・幡ヶ谷・大井町店のみ販売）</b>							
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
レモンのパルフェ	316	0.3	4.1	15.6	41.3	1.4	39.9
<b>合挽ハンバーグ</b>							
トマトチーズハンバーグ	448	2.7	26.5	28.2	22.6	2.7	19.9
和風ハンバーグと唐揚げ	586	3.3	34.5	35.6	32.8	3.2	29.6
おろしハンバーグと唐揚げ	508	3.2	33.0	29.0	29.8	3.5	26.3
ガーリックハンバーグと唐揚げ	618	3.5	34.2	37.7	37.0	4.0	33.0
ガーリックハンバーグとヤンニョムチキン	716	4.5	35.8	38.0	59.3	4.0	55.3
和風ハンバーグ	407	2.5	23.0	24.0	25.6	3.2	22.4
おろしハンバーグ	329	2.4	21.5	17.5	22.6	3.4	19.2
デミ煮込みハンバーグ	415	2.9	23.9	22.0	31.2	3.4	27.8
ガツンと香る!! ガーリックハンバーグ	439	2.7	22.7	26.1	29.8	4.0	25.8
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
デミグラスハンバーグ&海老フライ	525	3.3	26.7	33.2	30.8	3.2	27.6
ハンバーグ&グリルチキン～選べるソース	591	2.6	56.7	32.7	18.2	2.3	15.9
ダブルハンバーグ～選べるソース	581	2.4	40.5	33.6	30.0	3.2	26.8
トリプルハンバーグ～選べるソース	851	3.3	60.1	49.7	41.8	4.2	37.6
<b>BEEFハンバーグ</b>							
BEEFハンバーグステーキ[約200g]～選べるソース	362	2.0	31.3	18.1	18.6	2.7	15.9
BEEFハンバーグステーキ[約300g]～選べるソース	519	2.8	46.3	26.5	24.0	3.2	20.8
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]）	466	3.7	43.7	22.9	21.5	2.7	18.8
<b>牛肉・鶏肉</b>							
カットステーキおろしソース&唐揚げ	421	4.6	35.6	20.8	24.1	3.0	21.1
カットステーキガーリックソース&ヤンニョムチキン	555	5.7	37.8	22.9	50.1	2.5	47.6
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
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	361	1.8	37.6	20.6	7.2	1.9	5.3
和風ビーフシチュー	569	3.1	22.3	40.8	28.7	2.9	25.8
<b>選べるソース</b>							
【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
<b>弁当</b>							
みぞれ鶏唐揚げ弁当	812	3.9	36.0	35.6	90.9	6.2	84.7
ヤンニョムチキン弁当	1036	5.4	39.2	36.4	140.7	4.1	136.6
和風ハンバーグ弁当	743	3.4	29.1	30.6	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
鶏唐揚げ弁当	783	2.9	34.9	35.5	83.4	3.5	79.9
チキン南蛮弁当	803	4.9	30.9	33.5	97.1	4.3	92.8
ガーリックハンバーグ弁当	775	3.6	28.8	32.7	95.1	7.5	87.6

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2022年5月24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)
<b>ランチタイム限定弁当（新宿御苑店のみ販売）</b>							
からコロ弁当	887	3.8	26.6	31.5	128.6	5.6	123.0
みぞれ鶏唐揚げ弁当	791	3.6	30.6	26.0	113.1	5.8	107.3
おろしとんかつ弁当	881	2.6	24.9	36.1	117.6	6.7	110.9
ロースとんかつ弁当	882	2.5	24.4	36.1	117.9	5.8	112.1
鮭コロ弁当	785	5.2	25.6	24.1	118.4	5.5	112.9
野菜カレー	554	2.7	9.7	11.2	108.6	7.9	100.7
チェダートマトハンバーグとほうれん草ソテー弁当	832	3.6	32.0	31.6	108.9	6.3	102.6
チェダートマトハンバーグとコロッケ弁当	968	4.4	32.5	36.3	132.4	6.8	125.6
南蛮ハンバーグとコロッケ弁当	992	5.9	30.4	34.0	145.4	6.7	138.7
ガーリックグリルチキン弁当	639	2.8	42.5	20.3	74.5	4.5	70.0
<b>パスタ・グラタン・ドリア</b>							
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
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
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
<b>ライスプレート</b>							
海老のトマトクリームオムライス	793	4.7	33.4	42.0	68.1	1.4	66.7
ビーフシチューオムライス	850	4.9	34.5	46.6	71.7	1.6	70.1
ハンバーグカレーオムライス	1086	7.0	49.6	57.8	90.5	4.2	86.3
ハンバーグトマトソースオムライス	1024	6.3	50.2	53.2	84.9	3.1	81.8
ビーフカットステーキジャンバラヤ	578	4.6	30.4	19.3	70.9	1.7	69.2
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
チキンジャンバラヤ	858	4.7	42.2	41.5	74.3	1.9	72.4
大盛りチキンジャンバラヤ	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
カツカレー	971	3.1	25.2	42.7	123.7	6.4	117.3
カツ丼	985	3.3	33.8	41.7	119.7	4.9	114.8
<b>パン</b>							
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
BLTCサンド	775	4.2	18.5	46.0	70.9	3.2	67.7
ロースカツサンド	979	3.4	26.2	56.8	89.3	4.0	85.3
ハンバーグサンド	834	3.6	28.8	43.5	81.3	4.0	77.3
<b>麺</b>							
鶏タル冷し中華麺	1026	12.1	47.3	43.7	107.7	3.8	103.9
冷し担々麺	816	6.2	26.7	43.1	81.3	6.0	75.3
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
<b>おこさま</b>							
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
<b>サラダ</b>							
貝だくさんシーザーサラダ	290	1.8	9.6	23.0	11.2	1.4	9.8
貝だくさん生ハムサラダ	161	2.1	6.0	12.9	5.5	1.7	3.8

店舗により取扱いのないメニューもございます

【2022年5月24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)
<b>サイドメニュー</b>							
鶏の唐揚げ（3個）	270	1.2	17.3	17.4	11.3	0.0	11.3
鶏の唐揚げ（5個）	449	2.0	28.8	29.0	18.6	0.0	18.6
鶏の唐揚げ（10個）	895	4.0	57.6	57.9	36.6	0.1	36.5
ヤンニョムチキン（3個）	367	2.2	18.9	17.7	33.1	0.0	33.1
ヤンニョムチキン（5個）	644	4.0	32.0	29.6	62.7	0.0	62.7
ヤンニョムチキン（10個）	1288	8.0	63.9	59.3	125.3	0.1	125.2
鶏唐揚げ（3個）&ヤンニョムチキン（3個）	636	3.4	36.2	35.1	44.5	0.0	44.5
鶏唐揚げ（5個）&ヤンニョムチキン（5個）	1091	6.0	60.8	58.6	80.7	0.1	80.6
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
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
石窯ブール	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
みそ汁	25	1.9	1.9	0.8	2.7	0.9	1.8
<b>ドリンク</b>							
いろはす(555ml) ペットボトル	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
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