

# ファーストキッチン <商品栄養成分情報>

更新日: 2022/1/13



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		食塩相当量
				糖質	食物繊維	
	kcal	g	g	g	g	g
<b>バーガー</b>						
3種チーズと4種きのこの濃厚クラシックチーズバーガー	629	24.7	41.4	39.1	36.3	2.7
ファーストクラシックバーガー	547	20.6	36.1	35.1	33.6	2.2
ベーコンエッグバーガー	439	20.4	26.2	29.3	28.1	1.8
ダブルチーズベーコンエッグバーガー	685	32.6	46.8	32.0	30.7	2.9
チーズベーコンエッグバーガー	484	22.9	29.9	29.6	28.4	2.2
ハンバーガー	299	12.0	15.6	27.6	26.5	1.1
チーズバーガー	344	14.6	19.3	27.9	26.8	1.5
てりやきバーガー	380	12.2	23.6	29.3	28.2	1.6
ダブルバーガー(東京競馬場店・中山競馬場店)	465	19.2	28.9	32.1	30.7	1.8
ダブルチーズバーガー(東京競馬場店・中山競馬場店)	554	24.4	36.3	32.6	31.2	2.5
クラシックチキン竜田バーガー	584	15.7	38.1	43.7	42.4	2.7
若鶏のチキン竜田サンド	624	15.9	45.4	36.5	35.4	2.0
クラシック海老フライバーガー三尾	491	14.4	28.7	43.4	41.2	2.2
クラシック海老フライバーガー五尾	639	20.2	38.4	52.5	49.8	2.7
タルタル海老サンド	388	13.3	19.9	38.0	36.4	2.0
海老かつサンド(一部店舗)	454	13.7	22.9	48.3	46.1	2.4
<b>モーニング限定メニュー(一部店舗)</b>						
ブレックファーストバーガー	419	14.9	27.2	28.6	27.1	1.6
ベーコンチーズサンド	246	10.8	9.4	29.6	28.0	1.8
ホットドッグ	291	10.6	13.9	30.8	29.2	1.8
チーズドッグ	307	11.2	14.9	32.0	30.3	2.2
<b>パスタ(一部店舗)</b>						
らあめん風生パスタ 生ハムとほうれん草の担々スープ	608	21.5	23.8	78.7	73.4	5.2
らあめん風生パスタ 生ハムとほうれん草の豆乳クリームスープ	574	19.3	22.4	75.8	70.6	3.6
とろーりモzzarellaとベーコンのトマトソース	662	26.5	24.9	80.0	74.7	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	2.6
カルボナーラ	612	18.3	27.7	73.3	70.3	2.7
熟成博多明太子	469	14.9	13.8	73.2	69.8	3.9
<b>トッピングメニュー</b>						
ビーフパティ 1枚	156	7.1	13.2	2.3	2.1	0.3
クラシックバーガービーフパティ 1枚	309	15.5	25.5	4.4	4.3	0.8
<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	1.6
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	1.8
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	3.6
フレンチフライポテト(S)	193	2.3	10.4	22.5	20.3	0.8
フレンチフライポテト(M)	374	4.4	20.2	43.8	39.6	0.9
フレンチフライポテト(L)	502	5.9	27.1	58.8	53.2	1.2
フレンチフライポテト(箱)	1,004	11.8	54.1	117.5	106.2	2.3
濃厚じゃがバター味ポテト(M)	388	5.1	20.4	45.6	41.3	1.6
濃厚じゃがバター味ポテト(L)	517	6.6	27.3	60.6	54.8	1.9
濃厚じゃがバター味ポテト(箱)	1,033	13.0	54.6	121.1	109.6	3.8
チキンコンソメ味ポテト(M)	385	4.9	20.4	45.6	41.2	1.8
チキンコンソメ味ポテト(L)	514	6.4	27.3	60.6	54.7	2.0
チキンコンソメ味ポテト(箱)	1,027	12.8	54.5	121.2	109.4	4.0
焦がしバター醤油味ポテト(M)	385	4.8	20.3	46.0	41.6	1.7
焦がしバター醤油味ポテト(L)	513	6.3	27.2	61.0	55.2	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	3.7
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	0.8

# ファーストキッチン <商品栄養成分情報>

更新日: 2022/1/13



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		食塩 相当量
	kcal	g	g	糖質	食物繊維	
	g	g	g	g	g	g
<b>サイドメニュー</b>						
チキンナゲット(5個)	334	13.0	27.0	9.0	8.2	0.8
チキンナゲット(10個)	668	26.0	54.0	18.0	16.4	1.6
〔和風バーベキューソース〕	27	0.1	0.1	6.5	6.4	0.1
若鶏のチキン竜田(1枚)	340	10.6	27.4	11.9	11.9	0.0
若鶏のチキン竜田 5枚パック	1,697	52.8	136.8	59.2	59.2	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
海老フライ(3尾入り)	222	8.8	14.6	13.6	12.8	0.8
〔タルタルソース〕	42	0.8	3.6	1.4	1.3	0.1
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
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
シェアボックス③(海老フライ6尾・チキンナゲット5個・フレンチフライポテトL1個)	1,318	37.6	85.9	95.8	87.7	8.1
※上記シェアボックス①②③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。						
フライドチキン(ドラム&サイ)(1本) (一部店舗)	405	10.5	33.5	13.7	13.7	0.0
フライドチキン(1本) (東京競馬場店・中山競馬場)	512	13.2	42.6	16.8	16.8	0.0
から揚げ(5個) (東京競馬場店・中山競馬場)	525	20.5	39.3	22.5	22.3	0.2
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
<b>スイーツ</b>						
ポッフェルチェ	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

# ファーストキッチン <商品栄養成分情報>

更新日: 2022/1/13



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		食塩相当量
	kcal	g	g	糖質	食物繊維	
g						
<b>ホットドリンク (店舗によりマグカップを使用しています)</b>						
ホットコーヒー(S)	8	0.4	0.0	1.3		0.0
ホットコーヒー(M)	10	0.5	0.0	1.6		0.0
カフェラテ(S)	59	3.1	3.1	4.5		0.1
カフェラテ(M)	78	4.1	4.1	6.0		0.2
カフェモカ	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(S)	7	0.3	0.0	1.1		0.0
アイスコーヒー(M)	12	0.6	0.0	2.0		0.0
アイスコーヒー(L)	14	0.7	0.0	2.5		0.0
アイスカフェラテ(S)	49	2.6	2.6	3.8		0.1
アイスカフェラテ(M)	90	4.8	4.8	7.0		0.2
アイスカフェラテ(L)	122	6.5	6.5	9.3		0.2
アイスティー	10	0.2	0.0	2.3	2.3	0.0
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
オレンジジュース(M)	104	1.8	0.0	24.1	23.7	0.4
ペプシコーラ(S)	69	0.0	0.0	17.0	17.0	0.0
ペプシコーラ(M)	109	0.0	0.0	27.2	27.2	0.0
ペプシコーラ(L)	205	0.0	0.0	51.0	51.0	0.0
ジンジャーエール(S)	61	0.0	0.0	15.1	15.1	0.0
ジンジャーエール(M)	97	0.0	0.0	24.1	24.1	0.0
ジンジャーエール(L)	181	0.0	0.0	45.2	45.2	0.0
メロンソーダ(S)	69	0.0	0.0	17.1	17.1	0.0
メロンソーダ(M)	110	0.0	0.0	27.4	27.4	0.0
メロンソーダ(L)	206	0.0	0.0	51.3	51.3	0.0
ウーロン茶(S)	2	0.0	0.0	0.4	0.4	0.0
ウーロン茶(M)	3	0.0	0.0	0.5	0.5	0.0
レモネード(S)	73	0.2	0.0	18.3	18.3	0.0
レモネード(M)	122	0.2	0.0	30.5	30.5	0.0
レモネード(L)	219	0.4	0.0	54.9	54.9	0.0

