

●びっくりドンキーの主なメニューに用いられている栄養成分について、一覧表でご覧いただけます。

- ・主なメニューの一部を表示し、ホームページ上では、掲載されていない商品もございます。掲載されていない商品についてはお問い合わせください。お客様お問い合わせ窓口 0120-128301（平日10：00～17：00）
- ・各商品の成分値は各種食材の分析値および「五訂増補 日本食品標準成分表」による計算値を組み合わせて算出しています。微量の場合は「0」と表示しています。
- ・この栄養情報は健康増進法の「栄養表示基準」に基づき作成しております。
- ・数値は全て概算値です。
- ・商品内容の変更などに伴い、情報は随時更新されますので、ご注意ください。
- ・店舗により、取り扱い商品が異なります。また一部、情報開示に対応していない店舗がございます。
- ・詳しくは店舗にも「栄養成分一覧表」をご用意しておりますので、ご確認ください。

栄養成分データ集（1食当たり）

●ハンバーグディッシュメニュー

商品名		エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	ナトリウム	食塩相当量
		kcal	g	g	g	mg	g
150g	レギュラーバーグディッシュ	783	26.8	28.2	101.8	886	2.3
	エッグバーグディッシュ	866	33.6	33.9	102.0	963	2.5
	チーズバーグディッシュ	923	35.1	39.7	102.4	1299	3.3
	パインバーグディッシュ	820	27.0	28.3	110.5	886	2.3
	おろしそバーグディッシュ	789	27.0	28.3	103.1	891	2.3
	フォンデュ風 チーズバーグディッシュ	942	33.3	42.1	103.8	1337	3.4
	カレーバーグディッシュ	927	32.2	38.1	109.5	1325	3.4
	エッグカレーバーグディッシュ	1010	38.9	43.8	109.6	1402	3.6
	チーズカレーバーグディッシュ	1066	40.4	49.6	110.1	1739	4.4
	パインカレーバーグディッシュ	963	32.3	38.2	118.2	1326	3.4
300g	レギュラーバーグディッシュ	1057	48.0	43.6	114.4	1646	4.2
	エッグバーグディッシュ	1140	54.8	49.3	114.5	1723	4.5
	チーズバーグディッシュ	1196	56.2	55.1	115.0	2060	5.3
	パインバーグディッシュ	1110	48.3	43.7	127.4	1647	4.2
	おろしそバーグディッシュ	1065	48.2	43.7	116.2	1653	4.2
	フォンデュ風 チーズバーグディッシュ	1259	56.3	61.3	117.0	2220	5.7
	カレーバーグディッシュ	1262	55.6	57.9	124.8	2191	5.6
	エッグカレーバーグディッシュ	1345	62.3	63.6	125.0	2268	5.8
	チーズカレーバーグディッシュ	1401	63.8	69.4	125.4	2605	6.7
	パインカレーバーグディッシュ	1315	55.8	58.0	137.8	2192	5.6
100gビビンバーグディッシュ		863	30.2	21.3	122.7	1248	3.5
200gビビンバーグディッシュ		1041	44.1	31.4	130.8	1720	4.7
チーズパケットディッシュ		918	35.9	37.4	106.6	1079	2.8
ポテサラパケットディッシュ		907	31.3	38.8	104.9	1128	2.9
おやこバーグディッシュ(レギュラー)		1319	68.3	58.4	126.4	2382	6.2
おやこバーグディッシュ(エッグ)		1402	75.0	64.0	126.6	2459	6.4
おやこバーグディッシュ(チーズ)		1458	76.5	69.9	127.0	2796	7.2
おやこバーグディッシュ(パイン)		1372	68.5	58.4	139.4	2383	6.2
おやこバーグディッシュ(おろしそ)		1327	68.5	58.4	128.2	2389	6.2
追加ディッシュサラダ							

商品名	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	ナトリウム	食塩相当量
	kcal	g	g	g	mg	g

●シズナブルメニュー

150g 香辛ペッパーバーグディッシュ	829	28.0	30.1	107.9	1281	3.3
300g 香辛ペッパーバーグディッシュ	1139	50.1	46.8	125.6	2436	6.2
夏に負けない スパイシータコス風サラダ	244	8.6	14.3	21.3	483	1.1
桃のアロマ☆グラニータ	240	3.4	5.2	45.3	68	0.1
パフェ フルッティ☆桃香	224	3.9	7.8	34.7	48	0.1
北海道ソフト&さくっとエアリーワッフル (カスタードケーキ&桃のコンポート)	376	6.7	18.9	45.9	46	0.5

●お子様メニュー

ぶ〜ちゃんのおこさまランチ (スープ付)	みかんゼリー	527	20.6	17.3	70.2	962	2.4
	ぶどうゼリー	529	20.6	17.4	70.6	967	2.4
	ミルクホワイト	552	21.0	17.8	75.1	954	2.4
ぶ〜ちゃんのおこさまランチ (スープ無)	みかんゼリー	444	17.9	14.7	58.7	765	2.0
	ぶどうゼリー	446	17.9	14.8	59.1	770	2.0
	ミルクホワイト	469	18.3	15.2	63.6	757	1.9
おこさまカレー	266	4.8	5.0	48.6	496	1.2	
おこさまサブゲティ	279	9.2	9.7	38.5	531	1.3	
ブチうどん	156	5.7	2.4	24.3	699	1.7	
キッズレギュラーバーグディッシュ	498	23.2	21.2	51.9	814	2.1	
キッズチーズバーグディッシュ	637	31.5	32.8	52.5	1228	3.2	
キッズエッグバーグディッシュ	581	30.0	26.9	52.0	891	2.3	
キッズパインバーグディッシュ	534	23.4	21.3	60.6	815	2.1	
キッズおろしそバーグディッシュ	503	23.4	21.3	53.2	820	2.1	
ブチトッピング							
	エッグ	83	6.8	5.7	0.2	77	0.2
〃	チーズ	70	4.1	5.8	0.3	207	0.5
〃	パイン	18	0.1	0.0	4.4	0	0.0
〃	おろしそ	3	0.1	0.0	0.7	3	0.0
キッズポテト	162	2.3	7.7	19.8	222	0.5	
菜彩鶏のチキンナゲット	264	16.8	13.0	20.0	736	1.9	
まきまきチョコ	196	4.4	8.0	26.9	65	0.1	
まきまきフルーツ	198	4.0	7.6	28.4	50	0.1	
おこさまコーンスープ	83	2.7	2.6	11.5	197	0.5	
おこさまメロンソーダ	76	0.0	0.0	19.0	4	0.0	
おこさまコーラ	76	0.1	0.0	18.9	3	0.0	
おこさまミルクホワイト	122	1.0	1.1	28.1	12	0.0	
おこさまミルクホワイト(ミルク)	203	5.1	5.8	33.8	60	0.2	
おこさまイチゴミルク	202	4.3	4.6	37.4	41	0.1	
おこさま太陽のオレンジ	102	0.8	0.2	26.6	2	0.0	
おこさまりんごジュース	60	0.0	0.0	14.9	8	0.0	