

●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「七訂 日本食品標準成分表」による計算値を組み合わせで算出しています。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	食塩相当量
		kcal	g	g	g	g
乳・小麦・卵を使わないハンバーグ		763	22.2	30.8	92.2	2.5
乳小麦卵を使わないハンバーグ ライスサラダ小盛り		589	19.5	30.4	53.8	2.5
1 5 0 g	レギュラーバーグディッシュ	735	26.2	28.1	91.0	2.3
	エッグバーグディッシュ	818	32.9	33.8	91.2	2.5
	チーズバーグディッシュ	875	34.5	39.7	91.7	3.3
	パインバーグディッシュ	789	26.4	28.2	104.1	2.3
	おろしそバーグディッシュ	742	26.4	28.2	92.6	2.3
	フォンデュ風 チーズバーグディッシュ	894	32.7	42.0	93.1	3.4
	黒デミバーグディッシュ	784	28.6	30.4	95.7	2.6
	カレーバーグディッシュ	879	31.6	38.0	98.7	3.4
	エッグカレーバーグディッシュ	963	38.4	43.7	98.8	3.6
	チーズカレーバーグディッシュ	1020	40.0	49.6	99.4	4.4
パインカレーバーグディッシュ	934	31.9	38.1	111.8	3.4	
3 0 0 g	レギュラーバーグディッシュ	1008	47.3	43.5	103.6	4.2
	エッグバーグディッシュ	1091	54.1	49.2	103.7	4.5
	チーズバーグディッシュ	1148	55.7	55.1	104.3	5.3
	パインバーグディッシュ	1062	47.6	43.6	116.7	4.2
	おろしそバーグディッシュ	1015	47.6	43.6	105.2	4.2
	フォンデュ風 チーズバーグディッシュ	1210	55.6	61.2	106.2	5.7
	黒デミバーグディッシュ	1050	49.4	45.7	107.0	4.2
	カレーバーグディッシュ	1214	55.1	57.8	114.0	5.6
	エッグカレーバーグディッシュ	1298	61.8	63.5	114.2	5.8
	チーズカレーバーグディッシュ	1355	63.4	69.4	114.7	6.6
パインカレーバーグディッシュ	1268	55.3	57.9	127.0	5.6	
ポテサラパケットディッシュ		865	31.0	37.3	98.4	3.0
ヒビンバーグディッシュ		687	30.1	17.8	97.9	5.5
おやこバーグディッシュ（レギュラー）		1270	67.6	58.3	115.6	6.2
おやこバーグディッシュ（エッグ）		1353	74.4	64.0	115.8	6.4
おやこバーグディッシュ（チーズ）		1410	76.0	69.9	116.4	7.2
おやこバーグディッシュ（パイン）		1324	67.9	58.4	128.7	6.2
おやこバーグディッシュ（おろしそ）		1277	67.8	58.3	117.2	6.2
追加ディッシュサラダ		137	0.9	12.8	4.8	0.4

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

●シーソナブルメニュー

ストロベリーソフト☆デラックス	276	5.8	8.4	45.0	0.1
いちごのきらきら☆ティアラ	244	4.9	10.7	32.6	0.2
シルキーソフトケーキ ～完熟いちご&マスカルポーネクリーム～	333	4.4	20.6	33.1	0.2
ジョッキパフェ (いちご)	809	11.0	41.5	99.2	0.4

●お子様メニュー

ぶ〜ちゃんの おこさまランチ	オレンジゼリー	439	17.6	13.7	59.3	2.1
	ミルポックル	503	20.4	17.1	64.9	2.2
おこさまカレー		245	4.2	4.0	46.3	1.3
おこさまスパゲティ		281	8.6	9.9	39.4	1.4
ブチうどん		160	5.4	2.5	26.5	1.4
キッズレギュラーバーグディッシュ		498	23.3	21.2	51.9	2.1
キッズチーズバーグディッシュ		639	31.6	32.8	52.7	3.1
キッズエッグバーグディッシュ		581	30.0	26.9	52.1	2.3
キッズパインバーグディッシュ		552	23.5	21.3	65.0	2.1
キッズおろしそバーグディッシュ		505	23.5	21.3	53.5	2.1
プチトッピング	エッグ	83	6.8	5.7	0.2	0.2
〃	チーズ	70	4.2	5.8	0.4	0.5
〃	パイン	18	0.1	0.0	4.4	0.0
〃	おろしそ	4	0.1	0.0	0.8	0.0
キッズポテト		166	2.3	7.2	21.2	1.1
おこさまザンギ		133	7.1	9.2	5.4	0.8
まきまきチョコ		144	3.6	6.1	18.6	0.1
まきまきいちご		143	3.4	6.0	18.9	0.1
おこさまコンスープ		83	2.7	2.6	11.5	0.5
おこさまメロンソーダ		96	0.0	0.0	24.1	0.0
おこさまコーラ		95	0.0	0.0	23.7	0.0
乳酸菌飲料 ミルポックル		204	5.9	6.8	30.5	0.2
おこさまイチゴミルク		204	4.3	4.6	38.0	0.1
おこさま太陽のオレンジ		102	0.8	0.2	26.6	0.0
おこさまりんごジュース		63	0.3	0.0	15.3	0.0