

BENTOSS 2020年7月グランドメニュー 栄養価一覧

《対象店舗》 福住店・白石本通店・新琴似店・大通8丁目店・西線12条店・手稲本町店・東苗穂店・ジンベイ菊水元町店・甚兵衛厚別店

| No | 商品名 | エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | 食塩相当量 g |
|-----|------------------------|---------------|------------|---------|-----------|------------|
| 2 | お子さまオムライス弁当 | 564 | 16.9 | 23.2 | 68.7 | 3.1 |
| 10 | お子さまハンバーグ弁当 | 467 | 17.3 | 16.4 | 58.0 | 1.4 |
| 17 | 和風幕の内弁当 | 668 | 26.1 | 14.8 | 102.5 | 4.4 |
| 18 | 山菜ご飯幕の内弁当 | 619 | 25.9 | 15.0 | 90.8 | 5.0 |
| 25 | ふらのワイン漬ステーキ幕の内弁当 | 918 | 43.0 | 22.0 | 133.2 | 8.5 |
| 27 | ふらのワイン漬ステーキ弁当 | 834 | 32.4 | 19.9 | 127.7 | 5.7 |
| 29 | オムライス弁当 | 696 | 23.9 | 16.5 | 107.4 | 3.7 |
| 30 | チーズハンバーグオムライス弁当 | 958 | 35.7 | 37.0 | 113.0 | 5.3 |
| 32 | シーフードフライ弁当 | 676 | 21.4 | 10.1 | 120.3 | 2.5 |
| 33 | ヒレカツ弁当 | 661 | 22.5 | 13.9 | 106.2 | 2.2 |
| 34 | 熟成三元豚ロースカツ弁当 | 793 | 25.1 | 21.6 | 118.1 | 2.1 |
| 35 | ハンバーグ弁当 | 813 | 25.0 | 27.1 | 110.9 | 3.3 |
| 38 | デラックスシーフード弁当 | 824 | 35.7 | 18.8 | 122.3 | 3.4 |
| 39 | デラックスヒレカツ弁当 | 807 | 35.3 | 21.1 | 113.1 | 3.6 |
| 40 | デラックス熟成三元豚ロースカツ弁当 | 925 | 38.9 | 30.1 | 117.5 | 2.9 |
| 41 | デラックスハンバーグ弁当 | 961 | 39.1 | 35.8 | 113.0 | 4.2 |
| 44 | 野菜de食べるシーフードフライプレート | 721 | 23.2 | 13.9 | 122.8 | 3.3 |
| 47 | 野菜de食べるハンバーグプレート | 811 | 26.3 | 28.2 | 108.5 | 3.8 |
| 60 | 生姜焼き弁当 | 679 | 18.8 | 14.2 | 112.7 | 4.8 |
| 61 | 野菜de食べる生姜焼きプレート | 661 | 19.9 | 15.4 | 106.0 | 2.5 |
| 62 | デラックス生姜焼き弁当 | 828 | 54.3 | 22.6 | 116.2 | 5.2 |
| 70 | 白身フライのり弁当 | 603 | 16.1 | 7.9 | 113.6 | 1.7 |
| 71 | 白身フライ明太のり弁当 | 611 | 17.9 | 8.3 | 112.1 | 2.4 |
| 76 | サバの味噌煮弁当 | 677 | 23.9 | 17.0 | 101.7 | 1.9 |
| 79 | 辛みそ野菜炒め弁当 | 713 | 19.2 | 25.4 | 112.7 | 2.3 |
| 80 | バランス弁当(山菜ご飯) | 685 | 21.0 | 19.4 | 102.6 | 2.8 |
| 85 | ヘルシー豆腐ハンバーグ弁当 | 416 | 12.6 | 10.4 | 66.0 | 4.6 |
| 86 | ヘルシーヒレカツ弁当 | 370 | 18.4 | 7.5 | 54.9 | 5.3 |
| 87 | ヘルシーサバ味噌煮弁当 | 400 | 14.9 | 9.7 | 61.3 | 3.7 |
| 89 | ベントスカレー | 634 | 9.2 | 15.7 | 109.7 | 3.0 |
| 90 | 熟成三元豚ロースカツカレー | 944 | 25.4 | 33.8 | 128.4 | 3.4 |
| 91 | メガ弁当(生姜焼き重) | 891 | 20.4 | 22.5 | 144.5 | 3.0 |
| 92 | メガ弁当(和風ヒレカツ重) | 863 | 25.3 | 23.1 | 132.2 | 3.5 |
| 100 | 札幌ザンギ弁当レギュラー | 910 | 35.5 | 30.0 | 115.0 | 3.8 |
| 101 | 札幌ザンギ弁当スモール | 797 | 29.1 | 23.7 | 108.7 | 3.2 |
| 102 | 札幌ザンギ&エビフライ弁当 | 701 | 23.5 | 17.4 | 105.9 | 3.1 |
| 103 | メガ札幌ザンギ弁当 | 1146 | 34.3 | 35.8 | 162.0 | 5.0 |
| 104 | 野菜de食べる札幌ザンギプレート | 964 | 35.6 | 32.0 | 126.0 | 5.2 |
| 105 | 野菜de食べる札幌ザンギ&エビフライプレート | 775 | 26.7 | 22.1 | 112.3 | 3.6 |
| 111 | お子さま札幌ザンギ弁当 | 464 | 17.5 | 16.9 | 55.9 | 1.5 |
| 112 | 札幌ザンギカレー | 856 | 21.7 | 28.1 | 122.3 | 4.0 |

●アレルギー成分・ベジスターは店頭のパライスカードまたはチラシに表記しております

※ベジスターは、お弁当一食あたり ★マークひとつで野菜40gを使用していることを表します。

※栄養表示は「五訂日本商品標準成分表」に基づいた当社計算値であり、あくまで目安となります。

※アレルギー表示は原材料を詳細に調査した上で実施しておりますが、調理時に本来その商品に使用しない食材が付着・混入する可能性があることをご容赦下さい。

※栄養価は個包装の調味料を含めた値で算出しております。

BENTOSS 2020年7月グランドメニュー 栄養価一覧

《対象店舗》南平岸店・琴似店・永山2条店・教育大前店・工業高校前店・4条通り店・東9条店・西5条通り店

| No | 商品名 | エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | 食塩相当量 g |
|-----|------------------------|---------------|------------|---------|-----------|------------|
| 2 | お子さまオムライス弁当 | 564 | 16.9 | 23.2 | 68.7 | 3.1 |
| 10 | お子さまハンバーグ弁当 | 467 | 17.3 | 16.4 | 58.0 | 1.4 |
| 17 | 和風幕の内弁当 | 668 | 26.1 | 14.8 | 102.5 | 4.4 |
| 18 | 山菜ご飯幕の内弁当 | 619 | 25.9 | 15.0 | 90.8 | 5.0 |
| 23 | ベントス幕の内弁当 | 869 | 36.3 | 25.8 | 117.3 | 5.4 |
| 25 | ふらのワイン漬ステーキ幕の内弁当 | 979 | 47.1 | 26.5 | 132.8 | 5.1 |
| 26 | ふらのワイン漬ステーキ重 | 670 | 28.6 | 16.3 | 98.4 | 3.0 |
| 27 | ふらのワイン漬ステーキ弁当 | 782 | 31.4 | 18.7 | 118.1 | 3.6 |
| 29 | オムライス弁当 | 696 | 23.9 | 16.5 | 107.4 | 3.7 |
| 30 | チーズハンバーグオムライス弁当 | 958 | 35.7 | 37.0 | 113.0 | 5.3 |
| 32 | シーフードフライ弁当 | 676 | 21.4 | 10.1 | 120.3 | 2.5 |
| 33 | ヒレカツ弁当 | 729 | 25.2 | 15.9 | 115.3 | 2.5 |
| 34 | 熟成三元豚ロースカツ弁当 | 793 | 25.1 | 21.6 | 118.1 | 2.1 |
| 35 | ハンバーグ弁当 | 813 | 25.0 | 27.1 | 110.9 | 3.3 |
| 38 | デラックスシーフードフライ弁当 | 824 | 35.7 | 18.8 | 122.3 | 3.4 |
| 39 | デラックスヒレカツ弁当 | 878 | 39.7 | 24.8 | 117.5 | 3.5 |
| 40 | デラックス熟成三元豚ロースカツ弁当 | 925 | 38.9 | 30.1 | 117.5 | 2.9 |
| 41 | デラックスハンバーグ弁当 | 961 | 39.4 | 35.8 | 113.0 | 4.2 |
| 44 | 野菜de食べるシーフードフライプレート | 721 | 23.2 | 13.9 | 122.8 | 3.3 |
| 47 | 野菜de食べるハンバーグプレート | 811 | 26.3 | 28.2 | 108.5 | 3.8 |
| 60 | 生姜焼き弁当 | 679 | 18.8 | 14.2 | 112.7 | 4.8 |
| 61 | 野菜de食べる生姜焼きプレート | 661 | 19.9 | 15.4 | 106.0 | 2.5 |
| 62 | デラックス生姜焼き弁当 | 828 | 54.3 | 22.6 | 116.2 | 5.2 |
| 70 | 白身フライのり弁当 | 603 | 16.1 | 7.9 | 113.6 | 1.7 |
| 71 | 白身フライ明太のり弁当 | 611 | 17.9 | 8.3 | 112.1 | 2.4 |
| 73 | 鰯ホッケ塩焼きのり弁当 | 583 | 19.5 | 9.5 | 101.1 | 3.3 |
| 74 | 鰯ホッケ塩焼き明太のり弁当 | 591 | 21.3 | 9.9 | 99.5 | 3.9 |
| 76 | サバの味噌煮弁当 | 677 | 23.9 | 17.0 | 101.7 | 1.9 |
| 77 | 鰯ホッケ塩焼き弁当 | 669 | 31.2 | 12.0 | 103.0 | 5.3 |
| 79 | 辛みそ野菜炒め弁当 | 833 | 27.9 | 28.7 | 111.2 | 2.4 |
| 80 | バランス弁当(山菜ご飯) | 600 | 20.1 | 16.7 | 87.4 | 2.6 |
| 85 | ヘルシー豆腐ハンバーグ弁当 | 416 | 12.6 | 10.4 | 66.0 | 4.6 |
| 86 | ヘルシーヒレカツ弁当 | 443 | 16.6 | 11.6 | 66.0 | 3.7 |
| 87 | ヘルシーサバ味噌煮弁当 | 400 | 14.9 | 9.7 | 61.3 | 3.7 |
| 88 | ヘルシー鰯ホッケ塩焼き弁当 | 370 | 18.4 | 7.5 | 54.9 | 5.3 |
| 89 | ベントスカレー | 634 | 9.2 | 15.7 | 109.7 | 3.0 |
| 90 | 熟成三元豚ロースカツカレー | 944 | 25.4 | 33.8 | 128.4 | 3.4 |
| 91 | メガ弁当(生姜焼き重) | 891 | 20.4 | 22.5 | 144.5 | 3.0 |
| 92 | メガ弁当(和風ヒレカツ重) | 1151 | 32.6 | 39.5 | 158.3 | 4.3 |
| 94 | エビ天重 | 648 | 16.5 | 13.6 | 107.8 | 2.5 |
| 95 | 特エビ天重 | 725 | 19.5 | 16.9 | 115.9 | 2.5 |
| 96 | 十勝若牛焼肉重 | 607 | 29.2 | 7.5 | 100.4 | 2.6 |
| 97 | 十勝若牛焼肉弁当 | 744 | 32.7 | 10.8 | 124.9 | 3.7 |
| 98 | 十勝若牛焼肉幕の内弁当 | 902 | 47.5 | 17.9 | 131.5 | 4.8 |
| 100 | 札幌ザンギ弁当レギュラー | 910 | 35.5 | 30.0 | 115.0 | 3.8 |
| 101 | 札幌ザンギ弁当スモール | 797 | 29.1 | 23.7 | 108.7 | 3.2 |
| 102 | 札幌ザンギ&エビフライ弁当 | 701 | 23.5 | 17.4 | 105.9 | 3.1 |
| 103 | メガ札幌ザンギ弁当 | 1146 | 34.3 | 35.8 | 162.0 | 5.0 |
| 104 | 野菜de食べる札幌ザンギプレート | 964 | 35.6 | 32.0 | 126.0 | 5.2 |
| 105 | 野菜de食べる札幌ザンギ&エビフライプレート | 775 | 26.7 | 22.1 | 112.3 | 3.6 |
| 110 | 札幌ザンギ重 | 713 | 26.1 | 18.2 | 103.7 | 2.5 |
| 111 | お子さま札幌ザンギ弁当 | 467 | 17.3 | 16.4 | 58.0 | 1.4 |
| 112 | 札幌ザンギカレー | 856 | 21.7 | 28.1 | 122.3 | 4.0 |

●アレルギー成分・ベジスターは店頭のパライスカードまたはチラシ、ホームページに表記しております

※ベジスターは、お弁当一食あたり ★マークひとつで野菜40gを使用していることを表します。
 ※栄養表示は「五訂日本食品標準成分表」に基づいた当社計算値であり、あくまで目安となります。
 ※アレルギー表示は原材料を詳細に調査した上で実施しておりますが、調理時に本来その商品に使用しない食材が付着・混入する可能性があることをご容赦下さい。
 ※栄養価は個包装の調味料を含めた値で算出しております。