

# 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記載しております

※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。