

# BENTOSS 2024年9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・西線12条店・東苗穂店・手稲本町店・琴似店・南平岸店・4条通り店・工業高校前店・旭川旭町店・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	ベジスター ★1…40g
1	チキン南蛮弁当	1,021	25.3	49.4	111.0	4.0	1.0
3	熟成三元豚ロースカツ弁当	856	25.5	25.9	124.6	3.1	1.0
4	シーフードフライ弁当	923	23.2	31.0	131.8	4.0	1.0
5	豚ロース焼肉弁当	802	26.8	23.1	115.1	3.7	1.0
6	豚バラ生姜焼き弁当	818	19.7	30.8	108.9	3.0	1.5
7	辛味噌野菜炒め弁当	871	21.6	32.5	120.7	3.5	4.5
8	サバの味噌煮弁当	623	21.6	15.9	93.0	2.9	1.0
9	唐揚げ弁当	1,029	32.0	42.0	123.1	4.4	1.5
20	ハンバーグ弁当	897	25.6	31.9	119.6	2.8	2.0
11	チーズハンバーグオムライス弁当	1,001	35.4	46.8	93.5	5.2	3.0
12	オムライス弁当	689	22.1	30.7	76.5	3.1	2.5
13	ふらのワイン漬ステーキ&ハンバーグ弁当	1,142	26.1	33.1	124.5	4.4	2.0
14	ふらのワイン漬ステーキ弁当	841	10.8	12.0	115.9	3.5	2.0
15	ふらのワイン漬ステーキ重	663	6.6	4.2	92.4	2.0	0
16	ふらのワイン漬ステーキ幕の内弁当	1,112	28.2	28.6	126.0	4.6	2.5
126	札幌ザンギ&ふらのワイン漬ステーキ弁当	1,059	27.9	37.4	118.5	3.6	1.0
72	ベントスオールスター弁当	1,179	30.0	47.9	120.9	4.0	0.5
22	札幌ザンギ弁当(4個)	1,101	33.2	47.1	127.0	4.6	0.5
24	札幌ザンギ弁当(3個)	961	27.2	37.1	122.0	4.2	0.5
28	札幌ザンギ&エビフライ弁当	1,016	28.4	40.3	126.1	4.4	0.5
31	デカ盛り札幌ザンギ弁当	1,680	51.5	69.7	197.9	5.8	1.0
36	札幌ザンギ&白身フライ弁当	1,031	28.8	40.9	130.5	4.9	0.5
37	和風幕の内弁当	791	30.2	24.3	107.1	3.9	2.0
42	山菜ご飯幕の内弁当	736	30.1	24.6	94.7	4.3	2.5
43	豚バラ生姜焼き幕の内弁当	827	26.9	33.4	98.6	3.2	2.5
45	豚ロース焼肉幕の内弁当	811	34.0	25.7	104.8	3.8	2.0
46	和ごころ弁当	586	20.4	11.3	96.3	3.4	1.5
48	和ごころ山菜ご飯弁当	536	20.5	11.9	84.4	3.8	2.0
49	13品目の野菜de食べる札幌ザンギBOX	905	20.5	45.5	99.8	2.9	5.0
63	13品目の野菜de食べるチキン南蛮BOX	991	20.6	54.4	100.9	2.6	5.0
64	13品目の野菜de食べる豚ロース焼肉BOX	782	19.7	35.5	93.0	2.0	5.0
65	13品目の野菜de食べるふらのワイン漬ステーキBOX	840	8.7	25.4	89.8	2.5	5.0
66	メガ生姜焼き重	1,426	32.6	49.5	202.7	4.3	2.5
67	メガ豚ロース焼肉重	1,464	39.0	48.4	207.8	4.9	1.5
68	メガ鶏天重	1,343	35.5	38.8	204.6	4.5	1.5
127	札幌ザンギ&豚ロース焼肉重	940	34.9	37.6	105.8	3.2	0
69	鶏天重	584	22.5	9.6	97.9	2.6	0.5
872	うなぎ重	683	29.7	22.3	89.1	2.5	0
554	ベントスカレー(辛口)	667	10.0	19.0	111.9	3.8	0
552	ベントスカレー(甘口)	617	10.4	15.6	104.9	3.0	0
556	熟成三元豚ロースカツカレー(辛口)	989	25.8	38.6	130.2	4.3	0
553	熟成三元豚ロースカツカレー(甘口)	939	26.2	35.2	123.2	3.5	0
75	白身フライのり弁当	624	17.0	13.7	105.3	2.5	0.5
78	白身フライ明太のり弁当	632	19.0	14.1	103.1	3.1	0.5
81	札幌ザンギのり弁当	774	23.3	27.4	103.1	2.6	0.5
82	札幌ザンギ明太のり弁当	781	25.4	27.8	100.9	3.1	0.5
562	お子さまハンバーグ弁当(白ごはん)	439	13.4	18.1	51.1	1.4	0.5
563	お子さまハンバーグ弁当(オムライス)	541	21.7	29.6	41.8	2.5	0.5
565	お子さまエビフライ弁当(白ごはん)	429	10.5	15.3	58.5	1.2	0.5
566	お子さまエビフライ弁当(オムライス)	532	18.7	26.8	49.3	2.3	0.5
568	お子さまザンギ弁当(白ごはん)	512	16.6	24.2	52.0	1.2	0.0
569	お子さまザンギ弁当(オムライス)	615	24.8	35.7	42.8	2.3	0.0
571	お子さまデラックス弁当(白ごはん)	512	13.4	18.1	69.6	1.4	0.5
572	お子さまデラックス弁当(チキンライス)	502	15.4	21.5	57.9	2.0	0.5
83	あんかけ焼きそば	594	16.9	30.8	65.5	4.2	3.5
84	デカ盛りあんかけ焼きそば	1,187	33.8	61.5	130.9	8.0	7.5
93	カレー焼きそば	753	19.3	41.3	80.6	6.3	3.5
99	辛味噌焼きそば	676	21.7	37.1	62.3	2.3	3.5

●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も表記しております

※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。