

ほっともっとグリル 栄養成分一覧 2021年7月1日更新
2021.7月分

区分	商品名	栄養成分							
		熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	カリウム (mg)	リン (mg)
グリル ライス	か カルビ焼肉プレート	794	23.7	32.2	105.2	7.1	3.6	471	245
	カルビ焼肉コンボ	980	33	45.1	113.6	7.4	4.5	600	344
	グリルハンバーグプレート(デミ)	836	34.6	32.9	103.9	8.2	2.4	621	390
	グリルハンバーグプレート(4種のチーズ)	935	39.2	41.4	105.0	8.2	3.0	641	382
	グリルハンバーグプレート(おろしほん酢)	725	27.9	29.0	105.8	11.0	3.7	585	374
	グリルハンバーグプレート(ネリタル)	908	35.4	38.5	108.0	8.2	3.3	625	404
	グリルハンバーグコンボ(デミ)	877	35.4	35.2	108.2	7.9	3.1	581	347
	グリルハンバーグコンボ(4種チーズ)	976	40.0	43.7	109.3	7.9	3.7	601	539
	グリルハンバーグコンボ(おろしほん酢)	767	27.8	24.3	112.8	10.1	4.4	593	231
	グリルハンバーグコンボ(ネリタル)	949	36.2	40.8	112.3	7.9	4.0	585	361
	グリルチキンプレート(ガーリックバター)	714	40.1	21.6	92.6	6.2	2.9	556	371
	グリルチキンコンボ(ガーリックバター)	923	50.3	34.9	104.7	7.0	3.8	809	488
	グリル野菜&大判カルビプレート	899	23.1	41.9	112.2	10.4	3.2	680	221
	グリル野菜&グリルチキンプレート	722	31.5	22.5	102.7	9.5	2.5	793	310
	グリル野菜&ビーフステーキプレート	721	30.6	21.7	105.4	10.0	3.0	719	298
	さ さほの塩焼きプレート 7/1~	918	40.7	43.8	93.2	6.2	3.1	852	575
	シーフードMIXフライプレート	813	20.5	28.7	121.5	8.2	2.2	345	224
	しゃげの塩焼きプレート 7/1~	632	25.7	19.4	91.8	6.3	2.1	592	385
	しょうが焼きプレート	871	29.7	38.5	106.1	7.5	3.3	555	251
	しょうが焼きコンボ	1,057	39.0	51.4	114.5	7.8	4.2	684	350
スペシャルMIXグリルプレート	953	43.2	39.9	108.8	8.5	4.9	704	498	
ねぎ塩豚カルビプレート(デミ)	794	27.9	32.0	102.8	8.3	2.9	586	287	
ねぎ塩豚カルビプレート(キムチ付き)	817	28.9	32.2	106.8	9.7	4.0	756	315	
は ビーフステーキプレート	670	36.5	13.3	104.0	7.1	4.3	576	347	
ビーフステーキMIXグリルプレート	763	42.7	21.5	102.8	7.1	3.3	691	395	
ビーフステーキコンボ	879	46.7	26.6	116.1	7.9	5.2	729	464	
ほっけの塩焼きプレート	840	34.2	17.6	88.8	5.8	2.4	715	541	
MIXグリルプレート	914	46.5	36.4	103.7	7.8	2.9	751	411	
ま ワイルドチキンプレート(塩)	700	44.0	19.0	91.3	6.6	1.7	762	391	
ワイルドチキンプレート(ネリマヨ)	838	45.2	30.3	98.7	6.4	3.4	797	407	
ワイルドチキンコンボ(塩)	909	54.2	32.3	103.4	7.4	2.6	916	508	
ワイルドチキンコンボ(ネリマヨ)	1,047	55.4	43.6	110.8	7.2	4.4	951	524	
グリル おかずのみ	か カルビ焼肉のみ	458	18.2	31.7	25.4	2.5	3.6	402	164
	カルビ焼肉コンボのみ	644	27.5	44.6	33.8	2.8	3.5	531	263
	グリルハンバーグのみ(デミ)	500	29.1	32.4	24.1	3.5	2.4	532	309
	グリルハンバーグのみ(4種のチーズ)	599	33.7	40.9	25.2	3.6	3.0	572	501
	グリルハンバーグのみ(おろしほん酢)	390	21.5	21.5	28.7	5.8	3.7	564	193
	グリルハンバーグのみ(ネリタル)	572	29.9	38.0	28.2	3.6	3.3	556	323
	グリルハンバーグコンボのみ(デミ)	541	29.9	34.7	28.4	3.3	3.1	512	266
	グリルハンバーグコンボのみ(4種チーズ)	640	34.5	43.2	29.5	3.5	3.7	532	458
	グリルハンバーグコンボのみ(おろしほん酢)	431	22.3	23.8	33.0	5.5	4.4	565	150
	グリルハンバーグコンボのみ(ネリタル)	613	30.7	40.3	32.5	3.3	4.0	516	280
	グリルチキンのみ(ガーリックバター)	378	34.6	21.1	12.8	1.6	2.9	586	290
	グリルチキンコンボのみ(ガーリックバター)	564	43.9	34.0	21.2	1.9	3.8	715	389
	グリル野菜&大判カルビのみ	563	17.6	41.4	32.4	5.8	3.2	611	140
	グリル野菜&グリルチキンのみ	386	28.9	29.0	22.9	4.5	2.4	742	229
	グリル野菜&ビーフステーキのみ	385	25.1	21.2	25.6	5.4	3.0	650	217
	さ さほの塩焼きのみ 7/1~	582	35.2	43.3	13.4	1.6	3.1	783	494
	シーフードMIXフライのみ	477	15.0	28.2	41.7	3.6	2.2	274	143
	しゃげの塩焼きのみ 7/1~	296	20.2	18.9	12.0	1.7	2.1	523	304
	しょうが焼きのみ	535	24.2	38.0	26.3	2.9	3.3	486	170
	しょうが焼きコンボのみ	721	33.5	50.9	34.7	3.2	4.2	615	269
スペシャルMIXグリルのみ	617	37.7	39.4	29.0	3.9	4.9	635	417	
ねぎ塩豚カルビのみ	458	22.0	31.5	23.0	3.7	2.9	517	206	
ねぎ塩豚カルビのみ(キムチ付き)	481	23.4	31.7	27.0	5.1	4.0	687	234	
は ビーフステーキのみ	334	31.0	12.8	24.2	2.3	4.2	506	266	
ビーフステーキMIXグリルのみ	427	37.1	21.0	23.0	2.5	4.5	622	314	
ビーフステーキコンボのみ	520	40.5	25.7	32.5	2.8	5.2	655	365	
ほっけの塩焼きのみ	304	28.7	17.1	9.0	1.0	2.4	646	460	
MIXグリルのみ	578	41.0	35.9	23.9	3.2	2.9	682	330	
ワイルドチキンのみ(塩)	364	38.5	18.5	11.5	2.0	1.7	693	310	
ワイルドチキンのみ(ネリマヨ)	502	39.7	29.8	18.9	1.8	3.4	728	326	
ワイルドチキンコンボのみ(塩)	550	47.8	31.4	19.9	2.3	2.4	822	409	
ワイルドチキンコンボのみ(ネリマヨ)	688	49.0	42.7	27.3	2.1	4.4	857	425	
グリル もちらライス	か カルビ焼肉プレート	779	23.8	32.3	101.6	7.9	3.6	495	253
	カルビ焼肉コンボ	965	33.1	45.2	110.0	8.2	4.5	624	352
	グリルハンバーグプレート(デミ)	821	34.7	33.0	100.3	9.0	2.4	645	398
	グリルハンバーグプレート(4種のチーズ)	920	39.3	41.5	101.4	9.0	3.0	665	590
	グリルハンバーグプレート(おろしほん酢)	711	27.1	22.1	104.9	11.2	3.7	587	282
	グリルハンバーグプレート(ネリタル)	893	35.5	38.6	104.4	9.0	3.3	649	412
	グリルハンバーグコンボ(デミ)	862	35.5	35.3	104.6	8.7	3.1	605	355
	グリルハンバーグコンボ(4種チーズ)	961	40.1	43.8	105.7	8.7	3.7	625	547
	グリルハンバーグコンボ(おろしほん酢)	752	27.9	24.4	109.2	10.9	4.4	617	239
	グリルハンバーグコンボ(ネリタル)	934	36.4	40.9	106.7	8.7	4.9	609	369
	グリルチキンプレート(ガーリックバター)	699	40.2	21.7	83.0	7.0	2.9	679	379
	グリルチキンコンボ(ガーリックバター)	908	50.4	35.0	101.1	7.8	3.8	833	496
	グリル野菜&大判カルビプレート	884	23.2	42.0	108.6	11.2	3.2	704	229
	グリル野菜&グリルチキンプレート	707	31.6	22.6	99.1	10.3	2.5	817	318
	グリル野菜&ビーフステーキプレート	706	30.7	21.8	101.8	10.8	3.0	743	306
	さ さほの塩焼きプレート 7/1~	903	40.8	43.9	93.6	6.5	3.4	876	582
	シーフードMIXフライプレート	798	20.6	28.8	117.9	9.0	2.2	367	232
	しゃげの塩焼きプレート 7/1~	617	25.8	19.5	88.2	7.1	2.1	616	393
	しょうが焼きプレート	856	29.8	38.6	102.5	8.3	3.3	579	259
	しょうが焼きコンボ	1,042	39.1	51.5	110.9	8.6	4.2	708	358
スペシャルMIXグリルプレート	938	43.3	40.0	105.2	9.3	4.9	728	506	
ねぎ塩豚カルビプレート(デミ)	779	27.6	32.1	99.2	9.1	2.9	612	295	
ねぎ塩豚カルビプレート(キムチ付き)	802	29.0	32.3	103.2	10.5	4.0	780	323	
は ビーフステーキプレート	655	36.6	13.4	100.4	7.9	4.3	599	355	
ビーフステーキMIXグリルプレート	748	42.8	21.6	99.2	7.9	3.3	715	403	
ビーフステーキコンボ	864	46.8	26.7	112.5	8.7	5.2	753	472	
ほっけの塩焼きプレート	625	34.3	17.7	85.2	6.4	2.4	739	540	
MIXグリルプレート	899	46.6	36.5	100.1	8.6	2.9	775	419	
ま ワイルドチキンプレート(塩)	685	44.1	19.1	87.7	7.4	1.7	786	399	
ワイルドチキンプレート(ネリマヨ)	823	45.3	30.4	95.1	7.2	3.4	821	415	
ワイルドチキンコンボ(塩)	894	54.3	32.4	99.8	8.2	2.6	940	516	
ワイルドチキンコンボ(ネリマヨ)	1,032	55.5	43.7	107.2	8.0	4.4	975	532	
カルビ焼肉プレート	849	24.9	37.0	106.4	5.7	6.2	499	254	
カルビ焼肉コンボ	1,035	34.2	49.9	114.6	6.0	7.1	618	353	
グリル ガーリックライス	か カルビ焼肉プレート	891	35.8	37.7	105.1	6.8	5.1	639	399
	グリルハンバーグプレート(デミ)	990	40.4	46.2	106.2	6.8	5.7	659	591
	グリルハンバーグプレート(4種のチーズ)	781	28.2	26.8	109.7	9.0	6.3	651	283
	グリルハンバーグプレート(おろしほん酢)	963	36.6	43.3	109.2	6.8	5.9	643	413
	グリルハンバーグプレート(ネリタル)	932	38.6	40.0	109.4	6.5	5.7	599	356
	グリルハンバーグコンボ(4種チーズ)	1031	41.2	48.5	110.5	6.5	6.3	619	548
	グリルハンバーグコンボ(おろしほん酢)	822	29.0	29.1	114.0	8.7	7.0	611	240
	グリルハンバーグコンボ(ネリタル)	1004	37.4	45.6	113.5	6.5	6.6	603	370
	グリルチキンプレート(ガーリックバター)	769	41.3	26.4	93.8	4.8	5.5	673	380
	グリルチキンコンボ(ガーリックバター)	978	51.5	39.7	103.9	5.6	6.5	827	497
	グリル野菜&大判カルビプレート	954	24.3	46.7	113.4	9.0	5.8	898	230
	グリル野菜&グリルチキンプレート	777	32.7	27.3	103.9	8.1	5.1	811	319
	グリル野菜&ビーフステーキプレート	776	31.8	26.5	106.6	8.6	5.6	737	307
	さ さほの塩焼きプレート 7/1~	973	41.9	48.6	94.4	4.8	5.7	870	584
	シーフードMIXフライプレート	868	21.7	35.5	123.7	6.8	4.9	361	233
	しゃげの塩焼きプレート 7/1~	687	26.9	24.2	93.0	4.9	2.4	610	394
	しょうが焼きプレート	926	30.9	43.3	107.3	6.1	5.9	573	260
	しょうが焼きコンボ	1,135	41.1	56.6	119.4	6.9	6.9	727	377
	スペシャルMIXグリルプレート	1008	44.4	44.7	110.0	7.1	7.5	722	507
	ねぎ塩豚カルビプレート	849	28.7	36.8	104.0	6.9	5.5	604	296
ねぎ塩豚カルビプレート(キムチ付き)	872	30.1	37.0	109.0	8.3	6.6	774	324	
は ビーフステーキプレート	725	37.7	18.1	105.2	5.7	6.9	583	356	
ビーフステーキMIXグリルプレート	818	43.9	26.3	104.0	5.7	5.9	709	404	
ビーフステーキコンボ	934	47.9	31.4	117.3	6.5	7.8	747	473	
ほっけの塩焼きプレート	695	35.4	22.4	90.0	4.2	5.0	733	550	
MIXグリルプレート	969	47.7	41.2	104.9	6.4	5.5	769	420	

ほっともっとグリル 栄養成分一覧 2021年7月1日更新

2021.7月分

区分	商品名	栄養成分							
		熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (g)	塩相当量 (g)	ナトリウム (mg)	リン (mg)
カジュアル	あ 大判カルピガーリックライスBOX	799	21.1	35.1	102.4	4.8	5.2	485	194
	か お弁当屋さんのナポリタン	589	24.8	26.3	67.1	7.5	3.4	391	333
	か ガハオライスBOX	681	28.6	25.7	87.1	6.7	2.7	574	375
	か キャベツとベーコンのペペロンチーノ	534	23.2	23.2	61.5	6.9	5.1	355	282
	た グリーンカレー	617	17.5	19.0	93.6	8.9	3.6	499	221
	た グリルチキンカレー	693	28.1	22.2	99.5	8.7	3.3	653	277
	た ケチャップオムライス	615	15.2	22.0	89.5	2.9	5.1	496	234
	た ケチャップオムライスコンボ 7/1～	880	27.4	36.2	113.0	4.8	6.6	659	360
	た タコライスBOX	528	19.9	12.1	87.9	5.8	2.5	484	256
	た タコライスBOX 半熟たまご付き	606	26.6	17.7	88.1	5.8	2.7	556	350
	た デミーズオムライス	633	17.6	26.0	78.9	2.2	4.4	342	313
	た デミーズオムライスコンボ 7/1～	898	29.8	42.2	102.4	4.1	5.9	505	439
	た とろろカットステーキBOX	602	27.3	13.4	95.8	5.8	5.4	685	307
	は ビーフステーキガーリックライスBOX	594	28.3	13.4	92.2	4.3	5.0	460	272
	は ビーフカレー	573	12.0	16.2	99.2	8.7	2.6	403	147
	は 野菜が揺れるビビンバ	647	19.0	17.8	107.8	9.6	5.1	515	248
	は 野菜が揺れるビビンバ(半熟たまご付き)	723	25.2	23.0	108.0	9.6	5.3	590	338
	は 野菜が揺れる肉増しビビンバ	806	24.7	31.5	111.0	9.8	6.1	713	335
	は 野菜が揺れる肉増しビビンバ(半熟たまご付き)	882	30.9	36.7	111.2	9.8	6.2	778	425
	は 焼鳥親子丼	745	40.9	19.1	105.9	7.0	5.7	658	396
ら パーベキューライスBOX	836	33.1	41.0	86.2	4.8	2.6	517	343	
ら ロコモコBOX	808	30.7	36.7	92.0	6.2	2.7	579	368	
ら ロースカツカレー	973	28.9	43.5	122.0	10.8	3.3	713	327	
ら ルーローハンBOX	792	27.4	33.3	99.8	8.0	5.1	425	319	
カジュアル もち麦ライス	か ガハオライスBOX	666	28.7	25.8	83.5	7.5	2.7	598	383
	か グリーンカレー	586	17.6	19.1	90.0	7.7	3.6	513	229
	た グリルチキンカレー	678	28.2	22.3	95.9	9.5	3.3	677	285
	た タコライスBOX	510	20.0	12.2	84.3	6.6	2.9	509	284
	た タコライスBOX 半熟たまご付き	591	26.7	17.8	84.5	6.6	2.7	590	358
	た とろろカットステーキBOX	587	27.4	13.5	92.2	6.6	5.4	709	315
	は ビーフカレー	558	12.1	16.3	95.6	9.5	2.6	427	155
	は 野菜が揺れるビビンバ	632	19.0	18.1	103.8	10.4	5.1	540	258
	は 野菜が揺れるビビンバ(半熟たまご付き)	708	25.2	23.3	104.0	10.4	5.3	605	348
	は 野菜が揺れる肉増しビビンバ	791	24.7	31.8	107.0	10.6	6.1	738	345
	は 野菜が揺れる肉増しビビンバ(半熟たまご付き)	867	30.9	37.0	107.2	10.6	6.2	803	435
	は 焼鳥親子丼	728	40.8	19.3	101.6	7.8	5.7	690	404
	ら パーベキューライスBOX	821	33.2	41.1	82.6	5.6	2.6	541	351
	ら ロコモコBOX	793	30.8	36.8	88.4	7.0	2.7	603	376
ら ロースカツカレー	958	29.0	43.6	118.4	11.6	3.3	737	335	
ら ルーローハンBOX	777	27.5	33.4	96.2	8.5	5.1	449	327	
ほっともっと メニュー	あ うな重	1,160	60.6	50.9	118.3	9.1	8.4	786	712
	あ Wうな重	630	24.2	17.3	97.3	5.7	2.8	312	296
	あ おなしチキン竜田弁当(香味醤油小袋)	895	42.4	34.1	107.8	6.4	5.6	549	504
	あ おなしチキン竜田弁当(和風ほん酢小袋)	931	23.3	39.2	124.5	7.4	3.7	502	253
	あ から揚げ弁当	923	23.5	37.8	125.3	7.4	4.5	504	253
	あ から揚げ弁当	794	35.9	26.9	107.2	8.2	3.4	580	395
	あ 特から揚げ弁当	982	47.1	39.3	113.4	8.2	4.4	800	539
	あ ガリタルから揚げ弁当	928	36.2	37.0	115.9	6.9	5.0	640	428
	あ 特ガリタルから揚げ弁当	1116	49.4	49.4	122.1	6.9	6.1	860	572
	た ダブチーのり弁当(ソース)	731	21.1	21.8	116.7	8.3	3.8	340	260
	た ダブチーのり弁当(だし醤油)	748	21.4	21.8	117.2	8.2	4.5	343	263
	た ダブチー特のり弁当(ソース)	957	28.3	40.2	124.7	8.3	4.6	530	325
	た ダブチー特のり弁当(だし醤油)	960	28.6	40.2	125.2	8.8	5.2	533	338
	た チキン南蛮弁当(九州)	894	26.0	32.0	128.5	7.3	3.2	497	362
	た チキン南蛮弁当(九州以外)	914	27.4	34.4	125.7	7.3	3.4	515	383
	た 特のりタル弁当(ソース)	901	25.2	35.9	123.2	8.3	3.6	497	282
	た 特のりタル弁当(だし醤油)	908	25.6	35.9	123.9	8.2	4.3	500	285
	た ドラえもんランチ(ふりかけ)	435	17.5	18.5	51.9	4.0	2.2	464	250
	た ドラえもんランチ(カレー)	453	18.4	18.0	56.6	3.9	2.4	483	247
	な のり弁当(ソース) 6月～	675	18.0	17.5	115.3	7.7	2.9	307	207
な のり弁当(だし醤油) 6月～	678	18.3	17.5	115.8	7.6	3.5	310	210	
な 夏の肉弁当 7/1～	736	34.8	25.5	95.6	8.1	2.7	703	431	
な ロースかつ丼	844	31.7	36.6	128.5	8.5	4.3	527	350	
ほっともっと メニュー おかずのみ	あ おなしチキン竜田のみ(香味醤油小袋)	566	17.3	38.7	37.7	2.4	3.7	427	165
	あ おなしチキン竜田のみ(和風ほん酢小袋)	558	17.5	37.3	38.5	2.4	4.5	429	165
	あ から揚げのみ	429	27.9	26.4	20.4	1.2	3.3	505	307
	あ 特から揚げのみ	617	41.1	38.8	26.6	1.2	4.4	725	451
	あ ガリタルから揚げのみ	563	30.2	36.5	29.1	1.9	5.0	565	340
	あ 特ガリタルから揚げのみ	751	43.4	48.9	35.3	1.9	6.1	785	484
	た チキン南蛮のみ(九州)	529	20.0	31.5	41.7	2.3	3.2	422	274
	た チキン南蛮のみ(九州以外)	549	21.4	33.9	38.9	2.3	3.4	440	295
	あ 1本うな重	1,143	60.5	51.1	114.0	7.9	8.4	808	720
	あ うな重	613	24.1	17.5	93.0	6.5	2.8	334	304
あ Wうな重	878	42.3	34.3	103.5	7.2	5.6	571	512	
あ おなしチキン竜田のみ(香味醤油小袋)	916	23.3	39.5	120.5	8.2	3.7	527	263	
あ おなしチキン竜田のみ(和風ほん酢小袋)	908	23.5	38.1	121.3	8.2	4.5	529	263	
か から揚げ弁当	777	33.8	27.1	102.9	7.0	3.4	602	403	
か 特から揚げ弁当	965	47.0	39.5	109.1	7.0	4.4	822	547	
か ガリタルから揚げ弁当	911	36.1	37.2	111.6	7.7	5.0	662	436	
か 特ガリタルから揚げ弁当	1,099	49.3	49.6	117.8	7.7	6.1	832	580	
た ダブチーのり弁当(ソース)	713	21.0	22.0	112.1	9.1	3.8	365	269	
た ダブチーのり弁当(だし醤油)	716	21.3	22.0	112.6	9.0	4.5	368	272	
た ダブチー特のり弁当(ソース)	929	28.4	39.4	119.5	9.8	4.7	569	340	
た ダブチー特のり弁当(だし醤油)	932	28.7	39.4	120.0	9.7	5.3	572	343	
た チキン南蛮弁当(九州)	878	26.0	32.3	124.5	8.1	3.2	522	358	
た チキン南蛮弁当(九州以外)	898	27.4	34.7	121.7	8.1	3.4	540	386	
た 特のりタル弁当(ソース)	873	25.3	35.1	118.1	9.2	3.7	536	287	
た 特のりタル弁当(だし醤油)	876	25.6	35.1	118.6	9.1	4.3	539	290	
な のり弁当(ソース)	657	17.9	17.7	110.7	8.5	2.9	332	216	
な のり弁当(だし醤油)	660	18.2	17.7	112	8.4	3.5	335	219	
ま 夏の肉弁当 7/1～	721	34.9	25.6	92.0	8.9	2.7	727	439	
ま ロースかつ丼	929	31.7	36.9	122.5	9.3	4.3	567	360	
ほっともっと メニュー ガーリックライス	あ おなしチキン竜田のみ(香味醤油小袋)	991	24.6	44.5	125.7	5.9	6.6	522	263
	あ おなしチキン竜田のみ(和風ほん酢小袋)	983	24.8	43.1	126.5	5.9	7.4	524	263
	か から揚げ弁当	854	35.2	32.2	108.4	4.7	6.2	600	405
	か 特から揚げ弁当	1,042	48.4	44.6	114.6	4.7	7.3	820	549
	か ガリタルから揚げ弁当	988	37.5	42.3	117.1	5.4	7.8	660	438
	か 特ガリタルから揚げ弁当	1,176	50.7	54.7	123.3	5.4	8.9	880	582
	た チキン南蛮弁当(九州)	954	27.3	37.3	129.7	5.8	6.0	517	372
	た チキン南蛮弁当(九州以外)	974	28.7	39.7	126.9	5.8	6.2	535	393
	ま 夏の肉弁当 7/1～	791	36.0	30.3	96.8	6.7	5.3	721	440

ほっともつとグリル 栄養成分一覧 2021年7月1日更新

2021.7月分

区分	商品名	栄養成分							
		熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	カリウム (mg)	リン (mg)	
単品	グリーンカレーのみ	265	12	18.5	13.8	2.3	3.6	420	140
	ピーフカレーのみ	223	5.8	14.9	18.1	3.4	2.5	300	54
サイド	チキンバスケット 21.06~	941	66.1	62.0	31.3	0.0	6.3	1,105	720
	チキン 南蛮ナゲット	255	12.5	14.0	15.0	0.5	1.2	215	160
	チキンバラエティパック(シングル) 21.06~	1,506	105.8	99.2	50.0	0.1	10.0	1,767	1,153
	チキンバラエティパック(ダブル) 21.06~	1,505	92.9	94.4	73.1	1.6	9.1	1,573	1,088
	チキンバラエティパック(トリプル) 21.06~	1,276	83.6	82.6	50.4	1.3	8.5	1,223	973
	チキンバラエティパック(クワトロ) 21.06~	1,136	60.0	68.4	70.3	4.3	6.3	1,442	732
	羊羽から揚げ (しお) 5本	200	13.2	13.7	5.9	0.2	1.6	67	170
	羊羽から揚げ (しお) 10本	400	26.4	27.4	11.8	0.4	3.2	134	340
	フライドポテト	197	3.1	9.7	25.5	2.5	0.5	291	72
	ライス	ライス単品(小)	263	4.3	0.4	62.5	3.6	0.0	54
	ライス単品(普通)	365	6.0	0.5	86.8	5.0	0.0	75	88
	ライス単品(大)	511	8.4	0.7	121.5	7.0	0.0	105	123
もち麦ライス	もち麦ライス(小)	252	4.3	0.5	59.6	4.1	0.0	72	70
	もち麦ライス(普通)	350	6.0	0.8	82.8	5.8	0.0	100	98
	もち麦ライス(大)	490	8.4	1.1	115.9	8.1	0.0	140	137
ガーリックライス	ガーリックライス(小)	306	5.2	4.1	63.4	2.5	2.1	68	70
	ガーリックライス(普通)	425	7.3	5.8	88.0	3.5	2.9	95	98
	ガーリックライス(大)	595	10.2	8.1	123.2	4.9	4.0	133	137
スープ	豚汁	40	3.1	1.5	4.1	0.8	1.9	94	36
	みそ汁	21	1.7	0.6	2.6	0.7	1.7	60	24
	オニオンスープ	8	0.6	0.0	1.4	0.0	1.6	8	3
	コンソースープ	148	2.8	9.3	14.0	1.4	1.0	214	86
サラダ	グリーンサラダ	48	1.4	3.1	3.9	1.3	0.2	176	29
	サラダ・コンソースープ	196	4.2	12.4	17.9	2.7	1.3	390	115
セット	サラダ・オニオンスープ	56	2.0	3.1	3.3	1.3	2.0	184	32
	サラダ・豚汁	88	4.5	4.6	8.0	2.1	2.2	270	65
	サラダ・味噌汁	69	3.1	3.7	6.5	2.0	1.9	236	53
	和風醤油小袋	29	0.8	1.4	3.4	0.1	1.2	44	12
ソース	和風ほん酢小袋	21	1.0	0.0	4.2	0.1	2.0	46	12
	バラエティプレート	1,321	69.5	83.5	73.9	4.7	9.6	1,309	683
パーティープレート	ミックスフライプレート	1,348	53.0	89.4	83.4	4.3	6.3	864	634
	ミニファミリープレート	1,156	59.1	67.0	78.9	7.5	6.9	1,913	710
グリルオリジナル	グリルハンバーグ&まひフライ	1,171	58.7	70.3	84.5	13.4	5.5	1,652	557
	ファミリアプレート	991	92.1	48.1	52.2	9.6	4.9	2,290	862
ファミリーメニュー	和風グリルチキン&あらびきソーセージ	1,242	96.2	66.1	70.6	10.2	9.7	2,239	1,019
	ファミリアナポリタン	1,006	43.5	50.3	100.3	11.2	5.5	671	594
	ファミリアステーキガーリックライス	1,127	56.0	25.0	173.4	7.4	9.6	777	520
	ファミリアフライドポテト	849	13.2	38.9	115.8	10.9	2.7	1,352	306
	ファミリア焼肉ガーリックライス	1,763	49.0	78.6	218.4	6.3	9.1	860	444
	ファミリアサラダ	87	6.0	2.4	14.0	5.9	0.0	900	130
	こまドレッシング(ファミリアサラダ用)	317	13.1	24.5	11.2	0.6	2.3	260	111

ほっともっとグリル 原料原産国一覧表(2021.07)

メニュー名	商品名	主な原材料	原料原産国
大判カルビガーリックライスBOX	大判カルビ	牛肉	カナダ、アメリカ
グリル野菜&大判カルビプレート	大判カルビ	牛肉	カナダ、アメリカ
グリル野菜&グリルチキンプレート	小松菜のソテー(ベコン)	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
	グリルチキン	鶏肉	タイ
	ベコンステーキ	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
グリル野菜&ビーフステーキプレート	ビーフステーキ	牛肉	カナダ、ポーランド、メキシコ、アメリカ
	小松菜のソテー(ベコン)	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
とろろビーフステーキBOX	カットステーキ	牛肉	カナダ、ポーランド、メキシコ、アメリカ
グリルハンバーグ&えびフライプレート	ハンバーグ	牛肉	オーストラリア
	えびフライ	えび	ベトナム
ワイルドチキン&厚切りベーコンプレート	ワイルドチキン	鶏肉	タイ
	小松菜のソテー(ベコン)	豚肉	デンマーク、スペイン、ドイツ、オランダ 他
和風グリルチキン&あらびきソーセージプレート	フランクフルト	豚肉	ブラジル他
	グリルチキン	鶏肉	タイ
ファミリー焼肉ガーリックライス	カルビ焼肉	牛肉	カナダ、アメリカ、メキシコ
カルビ焼肉プレート	焼肉	牛肉	アメリカ、カナダ、メキシコ
	小松菜とベーコンのグリル	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
カルビ焼肉コンボ	焼肉	牛肉	アメリカ、カナダ、メキシコ
	小松菜とベーコンのグリル	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
グリルチキンコンボ(ガリバタ)	グリルチキン	鶏肉	タイ
	小松菜とベーコンのグリル	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
しょうが焼きプレート	しょうが焼き	豚肉	スペイン、チリ、メキシコ 他
	小松菜とベーコンのグリル	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
しょうが焼きコンボ	しょうが焼き	豚肉	スペイン、チリ、メキシコ 他
	小松菜とベーコンのグリル	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
ビーフステーキコンボ	ビーフステーキ	牛肉	カナダ、ポーランド、メキシコ、アメリカ
	小松菜とベーコンのグリル	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
ワイルドチキンコンボ(塩)	ワイルドチキン	鶏肉	タイ
ワイルドチキンコンボ(ネリマヨ)	小松菜とベーコンのグリル	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
タコライスBOX/タコライスBOX(半熟たまご付き)	タコライス	鶏肉	ブラジル
	半熟卵	鶏卵	日本
バーベキューライスBOX	グリルチキン	鶏肉	タイ
	ウインナー	豚肉	中国、アメリカ、カナダ、デンマーク他
	焼肉	牛肉	アメリカ、カナダ、メキシコ
うなぎ/うなぎ(重)/一本うなぎ	うなぎ	うなぎ	中国
おむすび焼肉カルビプレート(キムチトッピング)	おむすび	豚肉	スペイン、チリ、メキシコ 他
グリルカレー	グリルカレー	牛肉	タイ
グリルハンバーグプレート(チーズ)	ハンバーグ	牛肉	オーストラリア
グリルハンバーグプレート(チーズ)	ハンバーグ	牛肉	カナダ、イタリア 他
グリルハンバーグプレート(チリタル)	目玉焼き	鶏卵	日本
グリルハンバーグプレート(おろし)	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク 他
グリルハンバーグコンボ(チーズ)	ハンバーグ	牛肉	カナダ、イタリア 他
グリルハンバーグコンボ(チリタル)	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク 他
グリルハンバーグコンボ(おろし)	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
グリルチキンプレート(ガリバタ)	グリルチキン	鶏肉	タイ
	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク 他
シーフードMIXフライプレート	カニクリームコロッケ	かに	日本、韓国 他
	自身フライ	自身魚(ホキ)	ニュージーランド
	えびフライ	えび	ベトナム
スペシャルMIXグリルプレート	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク 他
	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク 他
	ハンバーグ	牛肉	オーストラリア
	フランクフルト	豚肉	カナダ、イタリア 他
	ベーコン	豚肉	デンマーク、スペイン、ドイツ、オランダ 他
ビーフステーキプレート	ステーキ	牛肉	カナダ、ポーランド、メキシコ、アメリカ
	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク 他
ビーフステーキMIXプレート	ステーキ	牛肉	カナダ、ポーランド、メキシコ、アメリカ
	グリルチキン	鶏肉	タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク 他
MIXグリルプレート	ハンバーグ	牛肉	オーストラリア
	グリルチキン	鶏肉	タイ
	えびフライ	えび	ベトナム
	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
ワイルドチキンプレート(塩)	ワイルドチキン	鶏肉	タイ
ワイルドチキンプレート(ネリマヨ)	小松菜のソテー	豚肉	アメリカ、カナダ、デンマーク他
ガハオライスBOX	ガハオライス	鶏肉	ブラジル
	目玉焼き	鶏卵	日本
ケチャップオムライス/デミソースオムライス	オムライス	鶏肉	日本
ケチャップオムライスコンボ	オムライス	鶏肉	日本
デミソースオムライスコンボ	オムライス	鶏肉	日本
	えびフライ	えび	ベトナム
	グリルチキン	鶏肉	タイ
ビーフステーキガーリックライスBOX	ステーキ	牛肉	カナダ、ポーランド、メキシコ、アメリカ
ピビンバ(豚)/ピビンバ(鶏)	ピビンバ	牛肉	カナダ、アメリカ、メキシコ
	卵焼き	鶏卵	日本
ルーローハンBOX	ルーローハン	豚肉	スペイン、メキシコ、ブラジル
	目玉焼き	鶏卵	日本
ロコモコBOX	ハンバーグ	牛肉	オーストラリア
	から揚げ	鶏肉	カナダ、イタリア、その他
	目玉焼き	鶏卵	ブラジル、タイ
焼鳥親子丼	焼鳥親子丼	鶏肉	タイ
	焼鳥親子丼	鶏肉	日本
ビーフカレー	ビーフカレー	牛肉	オーストラリア、ニュージーランド 他
から揚げカレー	から揚げ	牛肉	オーストラリア、ニュージーランド 他
グリルチキンカレー	ビーフカレー	牛肉	オーストラリア、ニュージーランド 他
	グリルチキン	鶏肉	タイ
ロースカツカレー	ビーフカレー	牛肉	オーストラリア、ニュージーランド 他
	ロースとんかつ	豚肉	アメリカ、カナダ、メキシコ、チリ、ブラジル、ヨーロッパ
キャベツとベーコンのペペロンチーノ	ペペロンチーノ	豚肉	デンマーク、スペイン、ドイツ、オランダ 他
お弁当屋さんのチキンカツ	チキンカツ	豚肉	中国、アメリカ、カナダ、デンマーク 他
	目玉焼き	鶏卵	日本
から揚げ弁当/特から揚げ弁当	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
さばの塩焼プレート	さば	さば	ルルウェー
しゃけの塩焼プレート	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	しゃけ	しゃけ	チリ
チキン竜田弁当(香味醤油/おろしほん酢)	チキン竜田	鶏肉	ブラジル、タイ
チキン南蛮弁当	チキン南蛮	鶏肉	中国
ドラえもんランチ(ふりかけ)	ウインナー	豚肉	タイ、ブラジル、日本
	ハンバーグ	牛肉	中国、アメリカ、カナダ、デンマーク 他
	から揚げ	鶏肉	日本
ドラえもんランチ(丸一)	ウインナー	豚肉	オーストラリア
	ハンバーグ	牛肉	アメリカ
	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
のり弁当	自身フライ	自身魚(ホキ)	ニュージーランド
	チクワ	すり身	インド、中国、アメリカ、日本 他
ほっけの塩焼プレート	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	ほっけ	ほっけ	ルルウェー
轟の内弁当	さば	さば	ルルウェー
	グリルチキン	鶏肉	タイ
ロースかつ丼	とんかつ	豚肉	アメリカ、カナダ、メキシコ、チリ、ブラジル、ヨーロッパ
チキンバスケット	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
チキン南蛮ナゲット	チキン南蛮ナゲット	鶏肉	タイ
パワエティバック(シングル)	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
パワエティバック(ダブル)	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	チキン南蛮ナゲット	鶏肉	タイ
パワエティバック(トリプル)	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	チキン南蛮ナゲット	鶏肉	タイ
	手羽から揚げ	鶏肉	タイ
パワエティバック(クワトロ)	から揚げ	鶏肉	ブラジル、タイ
	チキン南蛮ナゲット	鶏肉	タイ
	手羽から揚げ	鶏肉	タイ
	フライドポテト	じゃがいも	アメリカ、カナダ、ニュージーランド 他
手羽から揚げ	手羽から揚げ	鶏肉	タイ
ファミリーポテト	フライドポテト	じゃがいも	アメリカ、カナダ、ニュージーランド 他
ファミリーポテト	目玉焼き	鶏卵	日本
	ウインナー	豚肉	中国、アメリカ、カナダ、デンマーク 他
ファミリースターガーリックライス	ステーキ	牛肉	カナダ、ポーランド、メキシコ、アメリカ
	豚汁	豚肉	日本、カナダ、アメリカ、メキシコ 他

主要食材の主な原材料の原産国について表示しております。
天候の影響など、調達の都合により変更になる場合がございます。
商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されます。最終更新日をご確認ください。