

カロリー・塩分 一覧表

お客様各位

～ご覧になれる際の注意点～

- 1.メニューが同じでも、予告なしに原材料等を変更する場合がございます。
一覧表は常に最新のものをご観くださいますようお願いいたします。
- 2.店舗により一部販売していないメニューがございます。
- 3.栄養成分値は、検査機関での分析値および、日本食品標準成分表による数値を元に算出しております。調理条件等によって変化する場合もございますので目安としてください。
- 4.調理条件等によって変化する場合もございますので目安としてください。
- 5.別添えのお好みでご使用になる調味料は含んでおりません。

その他ご不明点は、スタッフまでお尋ねください。

区分	メニュー/品目名称	カロリー (kcal)	塩分 (g)
【モーニング】パンケーキ	Aモーニング(バタートースト・スクランブルエッグ・サラダ・ヨーグルト)	654	3.0
【モーニング】パンケーキ	Aモーニング(バタートースト・目玉焼き・サラダ・ヨーグルト)	562	2.8
【モーニング】パンケーキ	Aモーニング(パンケーキ2枚/スクランブル/サラダ/ヨーグルト)(メイプル除く)	595	2.8
【モーニング】パンケーキ	Aモーニング(パンケーキ2枚/目玉焼き/サラダ/ヨーグルト)(メイプル除く)	567	2.7
【モーニング】パンケーキ	Bモーニング(バタートースト・ゆで玉子・サラダ・ヨーグルト)	460	2.3
【モーニング】パンケーキ	Bモーニング(パンケーキ2枚/ゆで玉子/サラダ/ヨーグルト)(メイプル除く)	466	2.2
【モーニング】レギュラーモーニング	おかわりトースト	309	1.3
【モーニング】レギュラーモーニング	サービスモーニングパンケーキ(2枚)・ゆで玉子(メイプル除く)	405	1.4
トッピング	【追加】ベーコン	96	0.5
トッピング	【追加】ソーセージ	125	1.0
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】ビーフステーキロコモコ	902	3.6
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】サルサDEタコライス	611	1.7
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】ハワイアンバーガー	1,033	4.6
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】ロコモコTERIYAKIソース	1,017	4.3
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】ロコモコデミグラスソース	986	3.6
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】アボカドロコモコTERIYAKIソース	1,113	4.3
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】アボカドロコモコデミグラスソース	1,082	3.6
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】シュリンプトマトパスタ	895	4.4
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】かのにのクリームパスタ	818	3.4
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】海老とアボカドの塩レモンパスタ	944	4.1
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】かにとアボカドクリームパスタ	914	3.4
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】サーモンアヒポキDON	660	3.2
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】気まぐれサラダ	670	2.4
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】サーファーズココナッツシュリンプカレー	975	3.3
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】フリフリチキンプレート	760	6.5
【ランチ】Weekday Special	【Weekday Special】ガーリックシュリンプ&ピラフ醤油バターソース	981	5.9
ロコフード	ビーフステーキロコモコ	897	2.6
ロコフード	アボカドロコモコデミグラスソース	1,082	3.6
ロコフード	アボカドロコモコ(TERIYAKIソース)	1,113	4.3
ロコフード	アボカドロコモコメキシカンソース	1,174	3.9
ロコフード	アボカドチーズロコモコデミグラスソース	1,126	4.0
ロコフード	アボカドチーズロコモコTERIYAKIソース	1,157	4.7
ロコフード	アボカドチーズロコモコメキシカンソース	1,218	4.3
ロコフード	サーモンアヒポキDON	660	3.2
ロコフード	サーモンポキDON	694	3.2
ロコフード	アヒポキDON	629	3.2
ライス・パスタプレート	サーファーズココナッツシュリンプカレー	975	3.3
ライス・パスタプレート	サルサDEタコライス(辛口)	611	1.7
ライス・パスタプレート	ガーリックステーキピラフデミグラスバターソース	969	5.4
ライス・パスタプレート	ガーリックシュリンプ&ピラフ醤油バターソース	981	5.9
ライス・パスタプレート	単品ガーリックピラフ	492	2.7
ライス・パスタプレート	かにとアボカドのクリームパスタ	914	3.4
ライス・パスタプレート	海老とアボカドの塩レモンパスタ	944	4.1
ライス・パスタプレート	シュリンプトマトパスタ	871	3.9
肉料理	国産牛100%ハンバーグ&濃厚伊勢海老テルミール(アニヴァーサリーコース)	746	4.4
肉料理	BBQ/バックリブ4pcs	1,323	7.8
肉料理	BBQ/バックリブ8pcs	2,618	15.0
肉料理	まるまる一羽!フリフリチキンLaOhana	824	11.9
肉料理	フリフリチキンLaOhana(ハーフ)	436	6.6
肉料理	フリフリチキンプレート	760	6.5
肉料理	Great!肉盛りプレート	2,641	18.4
肉料理	国産牛フィレ(70g)とガーリックシュリンプのルアナ御膳(ガーリックピラフ)	708	2.5
肉料理	国産牛フィレグリル	265	1.2
肉料理	サーロインステーキ200g(選択ソース除く)	675	2.4
肉料理	サーロインステーキ200g&海老フライ(選択ソース除く)	854	3.1
肉料理	サーロインステーキ100g&濃厚伊勢海老テルミール(アニヴァーサリーコース・選択ソース除く)	657	4.6
肉料理	シャトーブリアンステーキ	330	2.3
肉料理	選択)炭焼香醤油ソース	34	0.9
肉料理	選択)デミグラスソース	23	0.4
肉料理	LaOhanaスペシャルバーガー	1,330	6.7
肉料理	チーズバーガー	1,058	5.6

5月16日現在

区分	メニュー/品目名称	カロリー (kcal)	塩分 (g)
肉料理	ハワイアンてりやきバーガー	1,060	4.6
肉料理	ライス	297	0.0
肉料理	ライス(L)	445	0.0
肉料理	ライス(S)	148	0.0
肉料理	ブレッド	267	1.1
肉料理	海老フライ(2本)	366	1.2
アペタイザー	国産牛すじのスープ	211	1.8
アペタイザー	骨付きパッファローチキン	414	3.2
アペタイザー	Crispyポテトフライ	768	3.1
アペタイザー	サンセットプレリュードロミロミサーモン	338	2.1
アペタイザー	モアナフライングカラマリ	285	2.1
アペタイザー	トルティーヤチップ 3ディップ	420	1.4
アペタイザー	ガーリックシュリンプ(6尾)	326	1.8
アペタイザー	ガーリックシュリンプ(10尾)	566	2.6
アペタイザー	フライングレアホア!	851	5.5
アペタイザー	国産牛脂のグリル BBQソース	469	1.1
アペタイザー	アロハシーザーサラダ	304	2.6
アペタイザー	アロハシーザーサラダS	152	1.3
アペタイザー	LAOHANAコブサラダ	737	3.8
アペタイザー	ミニサラダ	60	1.1
アペタイザー	シェフの気まぐれサラダ	403	1.3
アペタイザー	菜の花と5種野菜のグリーンチャウダー	141	1.3
アペタイザー	オマール海老のビスク	171	1.4
アペタイザー	選択)シーザードレッシング(60cc)	162	1.0
アペタイザー	選択)コブドレッシング(60cc)	268	1.0
アペタイザー	レモンドレッシング(20cc)	36	0.7
パンケーキ	【Sweet Pancake】ホイップ&ホイップ(メイプル除く)	731	1.8
パンケーキ	【Sweet Pancake】キウイホイップ(メイプル除く)	779	1.8
パンケーキ	【Sweet Pancake】バナナホイップ(メイプル除く)	861	1.8
パンケーキ	【Sweet Pancake】ストロベリーホイップ(メイプル除く)	763	1.8
パンケーキ	【Sweet Pancake】パイナップルホイップ(メイプル除く)	853	1.8
パンケーキ	【Sweet Pancake】LaOhanaフルーツスペシャル(メイプル除く)	990	1.8
パンケーキ	【Sweet Pancake】ベリーパンケーキ(メイプル除く)	436	1.2
パンケーキ	【追加】ハワイアンスイーツパンケーキ1枚(メイプル除く)	139	0.5
パンケーキ	パンケーキハワイアンブラックファースト(メイプル除く)	1,088	4.7
パンケーキ	パンケーキブランچプレート(選択ドレッシング・メイプル除く)	714	2.5
パンケーキ	アニヴァーサリーコースパンケーキ(2人前量)	1,024	2.3
パンケーキ	【Sweet Pancake】フレッシュブルーベリーのハワイアンパンケーキ(メイプル除く)	762	1.8
アペタイザー	選択)シーザードレッシング(60cc)	162	1.0
アペタイザー	選択)コブドレッシング(60cc)	268	1.0
トッピング	蜂蜜入りメイプルシロップ(20cc)	83	0.0
デザート	チョコバナナサンデー	398	0.2
デザート	ベリーベリーサンデー	308	0.1
デザート	シェイプアイス~3colors	222	0.0
デザート	ピスタチオショコラケーキ	343	0.1
デザート	もちふわキャラメルシフォン ホイップ添え	423	0.2
デザート	フレッシュブルーベリーのパフェ	388	0.2
デザート	セット)ピスタチオショコラ	188	0.1
デザート	【追加】バナナ	130	0.0
デザート	【追加】パイナップル	97	0.0
デザート	【追加】ストロベリー	32	0.0
デザート	【追加】キウイ	48	0.0
デザート	【追加】ホイップ	282	0.1
デザート	【追加】チョコレートソース	105	0.0
デザート	トッピング)パニラアイス	69	0.0
デザート	トッピング)カシスソルベ	51	0.0
デザート	トッピング)チョコアイス	73	0.1
トッピング	シラチャーソース(20g)	27	2.0
キッズ	Kids口コモコプレート	768	3.3
キッズ	Kidsサーモンアヒポキライス	383	2.1
カフェ・ティー	コーヒーミルク(ニューホイップ) 10cc	28	0.0

区分	メニュー/品目名称	カロリー (kcal)	塩分 (g)
カフェ・ティー	コーヒーシュガー(ペルーシュブラウン)1コ	4	0.0
カフェ・ティー	ガムシロップ1コ	22	0.0
カフェ・ティー	オハナブレンドコーヒー(ミルク・砂糖除く)	1	0.0
カフェ・ティー	オハナアメリカンコーヒー(ミルク・砂糖除く)	0	0.0
カフェ・ティー	コナブレンドコーヒー(ミルク・砂糖除く)	1	0.0
カフェ・ティー	100%コナコーヒー(ミルク・砂糖除く)	1	0.0
カフェ・ティー	アイスコーヒー(ミルク・ガムシロップ除く)	1	0.0
カフェ・ティー	カフェ・ラテ(ホット)(砂糖除く)	111	0.2
カフェ・ティー	カフェ・ラテ(アイス)(ガムシロップ除く)	153	0.2
カフェ・ティー	キャラメルラテ(ホット)	187	0.2
カフェ・ティー	キャラメルラテ(アイス)	200	0.1
カフェ・ティー	フラワーフルーツハワイアン(ノンカフェイン)(ポット)(ミルク・砂糖除く)	0	0.0
カフェ・ティー	ダーズリン(ポット)(ミルク・砂糖除く)	0	0.0
カフェ・ティー	アールグレイ(ポット)(ミルク・砂糖除く)	0	0.0
カフェ・ティー	プランテーションアイスティー	137	0.1
ソフトドリンク	フルーツティーソーダ~ハイビスカスブリーズ~	155	0.0
ソフトドリンク	マンゴーミックスジュース	100	0.1
ソフトドリンク	濃縮還元100%パイナップルジュース	80	0.3
ソフトドリンク	濃縮還元100%アップルジュース	103	0.0
フローズン・スムージー	フローズンカフェラテ	260	0.4
フローズン・スムージー	フローズンキャラメルラテ	279	0.4
フローズン・スムージー	フローズンダークモカチップラテ	425	0.4
フローズン・スムージー	ストロベリーバナナスムージー	305	0.1
フローズン・スムージー	バナナスムージー	265	0.1
ノンアルコールドリンク	トロピカルフルーツパンチ	158	0.1
ノンアルコールドリンク	バナナミルクココレカ	230	0.2
ノンアルコールドリンク	ヴァージンピニャコラーダクーラー	338	0.5
ノンアルコールドリンク	莓ミルククーラー	313	0.3
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】チーズバーガー	1,058	5.6
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】ハワイアンバーガー	1,060	4.6
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】アボカドココモコ(TERiyAKIソース)	1,113	4.3
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】アボカドココモコ(デミグラスソース)	1,082	3.6
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】【単品】サーロインステーキ200g炭焼香醤油ソース	709	3.4
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】【単品】サーロインステーキ200gデミグラスソース	695	2.9
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】【単品】サーロインステーキ200g&海老フライ炭焼香醤油ソース	888	4.0
【テイクアウト】ハンバーグ	【お持ち帰り】【単品】サーロインステーキ200g&海老フライデミグラスソース	875	3.6
【テイクアウト】プレート	【お持ち帰り】サルサDEタコライス(辛口)	611	1.7
【テイクアウト】プレート	【お持ち帰り】ガーリックシュリンプ&ピラフ醤油バターソース	981	5.9
【テイクアウト】キッズ	【お持ち帰り】Kidsココモコプレート	772	3.3
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】単品ライス	297	0.0
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】ガーリックピラフ	492	2.7
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】海老フライ(2本)	366	1.2
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】骨付きバッファローチキン	414	3.2
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】モナフライイングカラマリ	285	2.1
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】Crispyポテトフライ	402	1.9
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】BBQバックリブ(4pcs)	1,323	7.8
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】BBQバックリブ(8pcs)	2,618	15.0
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】ガーリックシュリンプ(6尾)	326	1.8
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】ガーリックシュリンプ(10尾)	566	2.6
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】まるまる一羽!フリフリチキンLaOhana	824	11.9
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】フリフリチキンLaOhana(ハーフ)	436	6.6
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】アロハシーザーサラダ(L)	304	2.6
【テイクアウト】サイド	【お持ち帰り】アロハシーザーサラダ(S)	152	1.3
【テイクアウト】大皿・盛り合わせ	【お持ち帰り】パーティーコンボ	3,140	17.6
【テイクアウト】大皿・盛り合わせ	【お持ち帰り】カメハメハコンボ	3,710	21.2
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】パンケーキハワイアンブラックファースト(モーニング)	1,200	5.5
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】パンケーキブランチプレート(シーザードレッシング)(モーニング)	877	3.0
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】パンケーキブランチプレート(コブドレッシング)(モーニング)	931	3.0
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】モーニング目玉焼き&トースト	577	2.9
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】モーニング目玉焼き&パンケーキ	629	2.7
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】モーニングスクランブルエッグ&トースト	540	2.8
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】モーニングスクランブルエッグ&パンケーキ	629	2.7