

## 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。

12月28日現在

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	むさしの森珈琲特製”ふわっとろパンケーキ(蜂蜜入メイプル除く)	354	1.5
【モーニング】パンケーキ	バナナパンケーキホイップ添え(蜂蜜入メイプル除く)	541	1.6
【モーニング】パンケーキ	フルーツMIXパンケーキ(蜂蜜入メイプル除く)	493	1.6
【モーニング】トースト&スペシャル	オムレツモーニング(ほうれん草とチーズ)~オマール海老のピスク・サラダ付き~	1,082	6.0
【モーニング】トースト&スペシャル	オムレツモーニング(ほうれん草とチーズ)~濃厚クリームチャウダー・サラダ付き~	1,064	5.8
【モーニング】トースト&スペシャル	ほうれん草とチーズのオムレツ	844	3.4
【モーニング】トースト&スペシャル	モーニングエッグベネディクトプレート	707	3.3
【モーニング】トースト&スペシャル	ベーコンエッグサンド(ヨーグルト付)	949	3.3
【モーニング】トースト&スペシャル	マフィンサンド~モッツアレラとトマトのカプレーゼ 国産ハム添え~	512	3.0
【モーニング】トースト&スペシャル	20品目のGOODバランスサラダ	595	1.9
【モーニング】トースト&スペシャル	炙りたらこ高菜油炒めの出汁茶漬け	347	5.8
【モーニング】トースト&スペシャル	モーニングオマール海老のピスクと彩り野菜プレート~ハタートースト&ヨーグルト添え~	672	3.0
【モーニング】トースト&スペシャル	モーニング濃厚クリームチャウダーと彩り野菜プレート~ハタートースト&ヨーグルト添え~	654	2.8
【モーニング】トースト&スペシャル	モーニングハムとチーズのクロックムッシュ(ヨーグルト付)	591	3.2
【モーニング】トースト&スペシャル	モーニングPIZZAトースト(ヨーグルト付)	506	3.1
【モーニング】トースト&スペシャル	①ゆで卵モーニング	478	2.0
【モーニング】トースト&スペシャル	②目玉焼モーニング	599	2.5
【モーニング】トースト&スペシャル	③スクランブルエッグモーニング	647	2.7
【モーニング】トースト&スペシャル	④目玉焼コンビモーニング	753	3.5
【モーニング】トースト&スペシャル	⑤スクランブルエッグコンビモーニング	800	3.7
【モーニング】モーニングサービス	モーニングサービストースト&ゆで玉子	255	0.8
【モーニング】モーニングサービス	モーニングサービストースト&キャラメルホイップ	221	0.6
【モーニング】モーニングサービス	モーニングサービストースト&いちごソース	180	0.6
【モーニング】モーニングサービス	モーニングサービストースト&チーズ	176	0.8
【モーニング】モーニングサービス	モーニングサービスおぐらトースト	228	0.6
【モーニング】モーニングサービス	ハーフ厚切りトースト	161	0.6
【モーニング】モーニングサービス	フルーツヨーグルト	121	0.1
トッピング	【トッピング】ソーセージ	142	1.3
トッピング	【トッピング】ベーコン	124	0.8
フォレストスペシャル	フォレストスペシャル・2種のソースのきのこオムライス(選択ドリンク・蜂蜜入メイプル除く)	1,313	7.3
フォレストスペシャル	フォレストスペシャル・チキンとほうれん草のドリア(選択ドリンク・蜂蜜入メイプル除く)	1,190	5.6
フォレストスペシャル	フォレストスペシャル・きのことベーコンのボルチーニクリームパスタ(選択ドリンク・蜂蜜入メイプル除く)	1,096	5.3
フォレストスペシャル	フォレストスペシャル・ロコモコプレートデミグラスソース(選択ドリンク・蜂蜜入メイプル除く)	1,245	4.3
フォレストスペシャル	フォレストスペシャル・セットパンケーキ(蜂蜜入メイプル除く)	290	1.0
ライスプレート	炙りたらこ高菜油炒めの出汁茶漬け	347	5.8
ライスプレート	グリル野菜ととろけるビーフシチューのご馳走プレート(スープ付)【ライス】	1,129	5.5
ライスプレート	グリル野菜ととろけるビーフシチューのご馳走プレート(スープ付)【パン】	1,048	6.3
ライスプレート	おかわりマフィン(単品)	193	0.8
ライスプレート	ロコモコプレートTERIYAKIソース(スープ付)	992	4.3
ライスプレート	バターチキンカレー~スーパーフード添え~(スープ付)	797	3.3
ライスプレート	グリルビーフのサラダジャンバラヤwithサルサソース(スープ付)	870	5.2
ライスプレート	ふわっとろオムライスプレートビーフシチューソース(スープ付)	1,032	5.8
ライスプレート	サルサDEタコライス(スープ付)	642	3.3
ライスプレート	海老のドリアプレート(スープ付)	728	4.9
ライスプレート	まぐろアボカドGOHAN(スープ付)	685	3.2
ライスプレート	ライス(単品)	264	0.0
パスタプレート	海老とアボカドの塩レモンパスタ(サラダ・スープ付)	1,012	6.1
パスタプレート	発酵バター香る炙りたらこの和風パスタ(サラダ・スープ付)	802	5.3
パスタプレート	海老とモッツアレラチーズのトマトパスタ(スープ付)	746	4.5
パスタプレート	きのこベーコンのボルチーニクリームパスタ(スープ付)	806	4.3
コース	Seasonal Course(国産フレッシュいちご)炙りたらこの和風パスタ(蜂蜜メイプル・ドリンク除く)	1,117	6.1
コース	Seasonal Course(国産フレッシュいちご)本ずわい蟹とアボカドのクリームソースパスタ(蜂蜜メイプル・ドリンク除く)	1,165	4.8
コース	リブローズステーキロコモコ	1,071	5.3
ブレッド&ガレット&マフィン	6種具材のクラブハウスサンド(スープ付)	691	4.3
ブレッド&ガレット&マフィン	ベーコンエッグサンド(スープ付)	934	4.0
ブレッド&ガレット&マフィン	PIZZAトースト	444	2.5
ブレッド&ガレット&マフィン	発酵バターのおぐらトースト	494	1.0
ブレッド&ガレット&マフィン	エッグベネディクトプレート	707	3.3

12月28日現在

区分	メニュー/品目名称	カロリー (kcal)	塩分 (g)
ブレッド&ガレット&マフィン	マフィンサンド～モッツアレラとトマトのカプレーゼ 国産ハム添え～	512	3.0
ブレッド&ガレット&マフィン	ベーコンエッグのピッツアスタイルガレット～バジルトマトソース～	621	2.7
ブレッド&ガレット&マフィン	スモークサーモンとモッツアレラの野菜のガレット～ペッパー&バジル～	532	2.4
ブレッド&ガレット&マフィン	野菜畑のガレット～グリルチキンサラダ仕立て～	1,011	2.7
ブレッド&ガレット&マフィン	オマール海老のビスクと彩り野菜プレート～全粒粉パン&ヨーグルト添え～	737	3.2
ブレッド&ガレット&マフィン	【単品】オマール海老のビスク	177	1.5
ブレッド&ガレット&マフィン	濃厚クラムチャウダーと彩り野菜プレート～全粒粉パン&ヨーグルト添え～	742	3.2
ブレッド&ガレット&マフィン	【単品】濃厚クラムチャウダー	159	1.3
ブレッド&ガレット&マフィン	全粒粉トースト	153	0.6
ヘルシープレート	20品目のGOODバランスサラダ	595	1.9
ヘルシープレート	スモールサラダ	61	1.1
ヘルシープレート	国産ハムのサラダ	116	1.4
パンケーキ	“むさしの森珈琲特製”ふわっとろパンケーキ(蜂蜜入メイプル除く)	354	1.5
パンケーキ	フルーツスペシャル(蜂蜜入メイプル除く)	622	1.6
パンケーキ	ローストナッツクリーム(蜂蜜入メイプル除く)	686	1.6
パンケーキ	国産フレッシュいちごのパンケーキ	618	1.7
パンケーキ	季節の冷やしパンケーキセット(国産フレッシュいちご)(蜂蜜入メイプル除く)	315	0.8
パンケーキ	アニヴァーサリーフルーツパンケーキ3段(蜂蜜入メイプル除く)	1,246	2.5
トッピング	【トッピング】ホットチョコソース	38	0.0
トッピング	【トッピング】ホットキャラメルソース	69	0.0
トッピング	【トッピング】フランボワーズソース	20	0.0
トッピング	【トッピング】アングレーズソース	26	0.0
トッピング	【トッピング】カシスソルベ	51	0.0
トッピング	【トッピング】バニラアイス	69	0.0
トッピング	【トッピング】チョコアイス(ベルギー産チョコレート使用)	73	0.1
トッピング	【トッピング】溶かしバター	74	0.2
トッピング	【トッピング】フレッシュフルーツ	38	0.0
トッピング	【トッピング】十勝あん	134	0.0
トッピング	【トッピング】ホイップクリーム	101	0.0
トッピング	【トッピング】Wホイップクリーム	203	0.1
トッピング	【トッピング】いちごソース	19	0.0
トッピング	【トッピング】キャラメルホイップ	60	0.0
トッピング	【トッピング】ゆで卵	94	0.2
トッピング	粉チーズ	19	0.1
トッピング	蜂蜜入メイプルシロップ(20cc)	83	0.0
デザート	もちふわ宇治抹茶シフォン	433	0.2
デザート	もちふわキャラメルシフォン	385	0.2
デザート	ピスタチオショコラケーキ	328	0.1
デザート	エスプレッソアッフォガート	104	0.1
デザート	アイス盛合せカシスソルベ	157	0.0
デザート	アイス盛合せチョコアイス(ベルギー産チョコレート使用)	168	0.1
デザート	アイス盛合せバニラアイス	166	0.1
デザート	たっぶり国産フレッシュいちごパフェ	357	0.2
ドリンク	(ホット)ブレンド珈琲	1	0.0
ドリンク	(ホット)アメリカン珈琲	0	0.0
ドリンク	(ホット)カフェインレス珈琲	0	0.0
ドリンク	(ホット)エチオピアモカ	0	0.0
ドリンク	(ホット)ブルーマウンテンNo.1	0	0.0
ドリンク	(ホット)カフェ ラテ	89	0.1
ドリンク	(ホット)カフェモカ	204	0.2
ドリンク	(ホット)キャラメルマキアート	138	0.1
ドリンク	(ホット)ショコラ	228	0.2
ドリンク	(ホット)抹茶ラテ	256	0.2
ドリンク	(アイス)珈琲	1	0.0
ドリンク	(アイス)カフェインレスアイス珈琲	0	0.0
ドリンク	(アイス)カフェ ラテ	111	0.2
ドリンク	(アイス)カフェモカ	349	0.2
ドリンク	(アイス)キャラメルマキアート	261	0.2

12月28日現在

区分	メニュー/品目名称	カロリー (kcal)	塩分 (g)
ドリンク	(アイス)ショコラ	378	0.2
ドリンク	(アイス)抹茶ラテ	304	0.2
ドリンク	HOT! フレッシュフルーツティー	127	0.0
ドリンク	フルーツwithアイ스티ー	175	0.0
ドリンク	フルーツwithアイス珈琲	164	0.0
ドリンク	ミラベルシトラスソーダ	59	0.0
ドリンク	ラズベリーMIXソーダ	61	0.0
ドリンク	フルーツソーダ	106	0.0
ドリンク	コカ・コーラ	86	0.0
ドリンク	濃縮還元100%オレンジジュース	106	0.0
ドリンク	(ホット)ミルク	94	0.1
ドリンク	(アイス)ミルク	138	0.2
ドリンク	アイ스티ー(アールグレイ)	7	0.0
ドリンク	ピーチアイ스티ー	98	0.0
ドリンク	ピュアダーズリン	0	0.0
ドリンク	プレミアムアールグレイ	0	0.0
ドリンク	7種のフルーツガーデン	0	0.0
ドリンク	アップルフラワリーシナモン	0	0.0
ドリンク	フラワリーカモミール	0	0.0
ドリンク	(アイス)ポップコーンキャラメルラテ	300	0.2
ドリンク	(ホット)ポップコーンキャラメルラテ	201	0.2
ドリンク	ポップコーンソーダwithキャラメルポップコーン	114	0.0
ドリンク	キャラメルポップコーンフローズラテ	378	0.4
ドリンク	アイスコーヒーフロート	284	0.1
ドリンク	バナナスムージー	265	0.1
ドリンク	いちごバナナスムージー	304	0.1
ドリンク	ピタヤMIXスムージー	195	0.1
ドリンク	いちごのスムージー	394	0.1
ドリンク	フローズンカフェラテ	319	0.4
ドリンク	フローズンキャラメルラテ	339	0.4
ドリンク	フローズンダークモカチップラテ	484	0.4
ドリンク	コーヒーミルク(ニューホイップ)10cc	28	0.0
ドリンク	ガムシロップ(ポーシオン)1コ	22	0.0
【テイクアウト】ライスプレート	【お持ち帰り】【単品】グリルビーフのサラダジャンバラヤwithサルサソース	853	4.5
【テイクアウト】ライスプレート	【お持ち帰り】【単品】サルサDEタコライス	625	2.6
【テイクアウト】ライスプレート	【お持ち帰り】【単品】まぐろアボカドGOHAN	668	2.5
【テイクアウト】ライスプレート	【お持ち帰り】【単品】ロコモコプレートTERIYAKIソース	974	3.6
【テイクアウト】ライスプレート	【お持ち帰り】【単品】バターチキンカレー~スーパーフード添え~	780	2.6
【テイクアウト】ライスプレート	【お持ち帰り】【単品】ふわっとろオムライスプレート ビーフシチューソース	1,015	5.1
【テイクアウト】サラダ・ブレッド・ガレット	【お持ち帰り】【単品】20品目のGOODバランスサラダ	595	1.9
【テイクアウト】サラダ・ブレッド・ガレット	【お持ち帰り】【単品】ベーコンエッグサンド	917	3.2
【テイクアウト】サラダ・ブレッド・ガレット	【お持ち帰り】【単品】PIZZAトースト	444	2.5
【テイクアウト】サラダ・ブレッド・ガレット	【お持ち帰り】【単品】モーニングハムとチーズのクロックムッシュ	529	2.7
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】【単品】モーニングトースト&ゆで玉子セット	416	1.4
【テイクアウト】モーニング	【お持ち帰り】【単品】モーニングセット	769	3.7
【テイクアウト】カフェインレス	【お持ち帰り】(ホット)カフェインレス珈琲	0	0.0
【テイクアウト】カフェインレス	【お持ち帰り】(アイス)カフェインレス珈琲	0	0.0
【テイクアウト】カフェHOT	【お持ち帰り】(ホット)ブレンド珈琲	1	0.0
【テイクアウト】カフェHOT	【お持ち帰り】(ホット)アメリカン珈琲	0	0.0
【テイクアウト】カフェHOT	【お持ち帰り】(ホット)カフェラテ	89	0.1
【テイクアウト】カフェHOT	【お持ち帰り】(ホット)カフェモカ	188	0.2
【テイクアウト】カフェHOT	【お持ち帰り】(ホット)キャラメルマキアート	138	0.1
【テイクアウト】カフェHOT	【お持ち帰り】(ホット)ショコラ	212	0.2
【テイクアウト】カフェHOT	【お持ち帰り】(ホット)抹茶ラテ	256	0.2
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(ホット)ポップコーンキャラメルラテ	201	0.2
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(アイス)珈琲	1	0.0
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(アイス)カフェラテ	111	0.2
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(アイス)カフェモカ	349	0.2

12月28日現在

区分	メニュー/品目名称	カロリー (kcal)	塩分 (g)
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(アイス)キャラメルマキアート	261	0.2
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(アイス)ショコラ	378	0.2
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(アイス)抹茶ラテ	304	0.2
【テイクアウト】カフェICE	【お持ち帰り】(アイス)ポップコーンアイスキャラメルラテ	300	0.2
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】アイスティー(アールグレイ)	7	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】ピーチアイスティー	98	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】フルーツwithアイスティー(1杯分)	83	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】フルーツwithアイス珈琲(1杯分)	79	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】ミラベルシトラスソーダ	59	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】ラズベリーMIXソーダ	61	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】フルーツソーダ	106	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】ポップコーンソーダwithキャラメルポップコーン	114	0.0
【テイクアウト】ドリンク	【お持ち帰り】濃縮還元100%オレンジジュース	106	0.0
【テイクアウト】フローズンドリンク	【お持ち帰り】いちごバナナスムージー	304	0.1
【テイクアウト】フローズンドリンク	【お持ち帰り】バナナスムージー	265	0.1
【テイクアウト】フローズンドリンク	【お持ち帰り】ピタヤMIXスムージー	195	0.1
【テイクアウト】フローズンドリンク	【お持ち帰り】キャラメルポップコーンフローズンラテ	378	0.4
【テイクアウト】フローズンドリンク	【お持ち帰り】フローズンカフェラテ	319	0.4
【テイクアウト】フローズンドリンク	【お持ち帰り】フローズンキャラメルラテ	339	0.4
【テイクアウト】フローズンドリンク	【お持ち帰り】フローズンダークモカチップラテ	484	0.4
【テイクアウト】デザート・ちぎりパン	【お持ち帰り】ピスタチオショコラケーキ	284	0.1
【テイクアウト】デザート・ちぎりパン	【お持ち帰り】もちふわキャラメルシフォン	236	0.2
【テイクアウト】デザート・ちぎりパン	【お持ち帰り】もちふわ宇治抹茶シフォン	201	0.1
【テイクアウト】デザート・ちぎりパン	【お持ち帰り】ちぎりパン(大)	1,143	3.5
【テイクアウト】デザート・ちぎりパン	【お持ち帰り】ちぎりパン(小)	503	1.5
ウィークデーランチ【ムスブ田町店限定】	ごろごろチキン・野菜トマトソース&ソーセージグラタン(選択ドリンク除く)	864	4.3
ウィークデーランチ【ムスブ田町店限定】	ハンバーグ・デミグラスソース&ソーセージグラタン(選択ドリンク除く)	935	4.4
ウィークデーランチ【ムスブ田町店限定】	牛カルビときのこのグリル&ソーセージグラタン(選択ドリンク除く)	934	4.8
お子様プレート【ららぽーと磐田店限定】	おこさまミックスグリルプレート(ドリンク除く)	563	2.9
お子様プレート【ららぽーと磐田店限定】	お子様オレンジジュース	106	0.0
お子様プレート【ららぽーと磐田店限定】	お子様ミルク	138	0.2
マロニエゲート銀座2店限定	(ホット)パナマエスメラルダゲイシャ珈琲	71	0.0
マロニエゲート銀座2店限定	(ホット)ガテマラサンタクラゲイシャ珈琲	1	0.0
マロニエゲート銀座2店限定	(ホット)ブラジルサントウアリオスルゲイシャ嫌気発酵珈琲	71	0.0
マロニエゲート銀座2店限定	(ホット)100%コナコーヒー	1	0.0