

モスバーガー商品 栄養成分表

更新日 平成21年8月17日

※栄養成分値は原則として、検査機関で分析した数値です(一部の商品・食材については五訂食品成分表による計算値です)。生野菜については、五訂食品成分表の数値を使用しています。

※数値は配合に基づいた標準値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますのでご了承ください。

※ドレッシング、ナゲットソース、コーヒーミルクなどの別添品は、原則として行を分けて記載しています。

※成分値が0または微量の場合は「0」と表示しています。

※アイスドリンクは氷を抜いた数値を記載しています。

※一部の商品については扱っていない店舗もあります。

※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されます。

商品名	重量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カリウム mg	カルシウム mg	リン mg	鉄 mg	ビタミン A μg	ビタミン B1 mg	ビタミン B2 mg	ナイアシン mg	ビタミン C mg	ビタミン D μg	ビタミン E mg	コレステ ロール mg	食塩 相当量g	食物繊維 g
【ハンバーガー】																			
ホットチキンバーガー	212.5	439	16.4	20.4	47.7	435	31	182	1.4	65	0.19	0.18	6.5	9	0	9.6	24	2.4	3.0
カレーチキンバーガー	172.5	425	16.5	20.3	44.2	314	35	171	1.3	8	0.48	0.17	6.2	9	0	9.0	24	2.0	2.7
チーズカレーチキンバーガー	187.5	476	19.6	24.3	44.5	324	127	311	1.3	42	0.48	0.23	6.2	9	0	9.1	37	2.4	2.7
とびきりハンバーグサンド トマト&レタス	199.3	423	18.2	22.1	38.2	429	32	198	1.7	49	0.41	0.23	4.7	7	0	2.4	52	2.4	2.3
とびきりハンバーグサンド レタス	184.3	452	18.1	25.8	37.1	385	34	194	1.7	23	0.40	0.23	4.4	2	0	2.7	54	2.5	2.1
Wモスバーガー	264.3	520	24.2	29.0	40.8	703	58	266	2.6	54	0.42	0.20	5.8	10	1	2.7	55	2.8	4.6
Wモスチーズバーガー	279.3	571	27.3	33.0	41.1	712	150	406	2.6	88	0.42	0.26	5.8	10	1	2.8	68	3.2	4.6
Wテリヤキバーガー	223.8	583	23.7	32.6	48.9	573	52	262	2.5	29	0.35	0.21	5.3	2	1	2.7	57	3.7	3.3
Wサウザン野菜バーガー	227.8	500	22.9	28.7	38.0	598	50	245	2.4	62	0.36	0.24	5.4	7	1	2.4	56	2.4	3.6
Wハンバーガー	158.0	387	20.4	19.8	35.7	420	37	201	1.8	34	0.19	0.11	4.5	2	0	1.3	23	2.2	3.2
Wチーズバーガー	173.0	438	23.4	23.8	36.1	430	129	342	1.8	68	0.19	0.17	4.5	2	0	1.5	36	2.7	3.2
モスバーガー	203.9	376	15.4	19.2	35.8	468	43	175	1.7	47	0.26	0.13	3.6	9	1	2.3	31	1.9	3.6
モスチーズバーガー	218.9	428	18.5	23.3	36.1	478	134	315	1.7	81	0.27	0.19	3.6	9	1	2.5	44	2.4	3.6
テリヤキバーガー	161.4	422	14.9	23.1	38.8	351	37	166	1.6	23	0.21	0.14	3.1	2	1	2.4	33	2.4	2.5
サウザン野菜バーガー	177.4	366	14.5	19.3	34.2	397	36	160	1.5	56	0.22	0.17	3.3	7	1	2.2	33	1.7	2.8
テリヤキチキンバーガー	141.5	341	18.9	14.3	34.2	306	23	174	1.0	20	0.14	0.15	3.7	1	0	2.1	83	2.3	1.5
十勝コロッケバーガー	163.0	439	9.8	22.3	50.4	335	31	119	1.1	5	0.20	0.09	2.0	6	0	2.7	10	2.0	3.3
フィッシュバーガー	143.0	442	17.1	25.8	35.5	247	115	289	0.8	42	0.09	0.12	1.7	0	0	8.7	40	1.8	1.9
ロースカツバーガー	171.5	367	16.1	13.4	46.4	316	37	201	1.1	13	0.62	0.11	4.3	13	0	10.5	26	2.5	2.9
海老カツバーガー	162.2	391	14.2	19.0	41.5	152	53	136	1.0	6	0.20	0.10	1.5	6	0	11.6	60	2.6	2.3
ハンバーガー	109.0	268	13.0	11.1	31.1	255	27	129	1.2	18	0.13	0.08	2.7	1	0	0.9	12	1.5	2.4
チーズバーガー	124.0	319	16.1	15.1	31.4	265	118	270	1.2	52	0.13	0.14	2.8	1	0	1.1	25	1.9	2.4
【ホットドッグ】																			
ブレンドドッグ	135.0	374	12.5	20.3	33.3	192	27	158	1.0	12	0.26	0.13	2.5	16	0	0.8	37	1.8	1.7
チリドッグ	143.0	393	14.0	21.1	34.6	224	32	175	1.2	13	0.28	0.14	2.7	16	0	0.9	39	2.0	2.3
【モスライスバーガー】																			
モスライスバーガー きんぴら	135.5	243	4.6	2.7	50.3	85	29	55	0.4	79	0.03	0.03	0.3	7	0	0.4	0	1.3	3.6
モスライスバーガー 海鮮かきあげ(塩だれ)	175.0	364	10.9	10.1	57.5	133	56	108	0.4	109	0.04	0.08	0.6	1	0	1.5	36	1.9	1.8
【サイドオーダー】																			
スティックチキン	68.0	167	13.5	10.5	4.7	218	5	136	0.5	23	0.08	0.11	4.1	0	0	3.1	58	1.2	0.3
モスチキン	90.0	262	14.8	16.7	13.0	239	10	182	0.6	27	0.05	0.06	6.0	0	0	12.6	68	1.4	0.5
黒胡椒チキン	108.7	309	17.5	19.2	16.3	293	10	174	0.7	46	0.12	0.15	5.4	0	0	8.4	92	1.3	0.1
フレンチフライポテトS	90.0	194	2.3	8.2	27.5	370	14	108	0.5	0	0.11	0.01	1.7	3	0	7.7	0	1.4	2.2
フレンチフライポテトL	150.0	323	3.9	13.7	45.9	617	23	180	0.9	0	0.18	0.02	2.9	5	0	12.8	0	2.2	3.6
オニポテ(フレンチフライポテト&オニオンフライ)	77.0	180	2.3	8.3	24.1	263	33	83	0.4	0	0.08	0.09	1.2	2	0	6.8	0	1.3	1.8
オニオンフライ	75.0	225	3.1	12.5	25.1	71	105	50	0.4	0	0.03	0.38	0.5	2	0	7.7	0	1.0	1.4
チキンナゲット(5コ入り)	91.0	228	16.6	14.2	8.6	268	15	247	0.8	21	0.05	0.08	6.1	0	0	7.6	50	1.1	1.0
バーベキューソース(ナゲット用)	20.0	26	0.1	0.2	5.9	40	3	4	0.1	3	0.01	0.00	0.1	19	0	0.1	0	0.7	0.1
マスタードソース(ナゲット用)	20.0	99	0.4	9.7	2.5	13	4	9	0.1	2	0.01	0.01	0.1	1	0	2.2	7	0.7	0.1
十勝コロッケ	77.0	218	3.9	13.6	20.1	223	8	55	0.5	0	0.14	0.04	1.1	0	0	1.2	4	0.6	1.5
グリーンサラダ	57.0	13	0.5	0.1	2.9	118	10	15	0.2	46	0.03	0.02	0.3	7	0	0.3	0	0.0	0.8
和風ドレッシング	12.0	49	0.2	4.7	1.3	12	1	5	0.1	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.6	0	0.4	0.1
チリディップソース	40.0	51	2.8	1.5	6.6	128	13	37	0.4	19	0.04	0.03	0.6	2	0	0.6	2	0.8	1.4
【トッピング】																			
モスのハラペーニョソース	10.0	3	0.1	0.0	0.6	14	3	2	0.0	3	0.00	0.00	0.1	0	0	0.1	0	0.4	0.2

モスバーガー商品 栄養成分表

更新日 平成21年8月17日

※栄養成分値は原則として、検査機関で分析した数値です(一部の商品・食材については五訂食品成分表による計算値です)。生野菜については、五訂食品成分表の数値を使用しています。

※数値は配合に基づいた標準値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますのでご了承ください。

※ドレッシング、ナゲットソース、コーヒーミルクなどの別添品は、原則として行を分けて記載しています。

※成分値が0または微量の場合は「0」と表示しています。

※アイスドリンクは氷を抜いた数値を記載しています。

※一部の商品については扱っていない店舗もあります。

※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されます。

商品名	重量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カリウム mg	カルシウム mg	リン mg	鉄 mg	ビタミン A μg	ビタミン B1 mg	ビタミン B2 mg	ナイアシン mg	ビタミン C mg	ビタミン D μg	ビタミン E mg	コレステ ロール mg	食塩 相当量g	食物繊維 g
【スープ】																			
コーンスープ	217.0	103	2.5	2.1	18.7	128	32	68	0.3	6	0.04	0.07	0.5	0	0	0.2	0	1.7	1.0
【デザート】																			
リカちゃんシェイク(いちご味)	167.0	241	3.7	5.9	43.6	235	158	221	1.2	58	0.17	0.30	1.8	17	1	1.8	3	0.6	0.8
モスの氷シェイク いちご	159.0	144	1.6	2.4	29.2	137	65	68	0.1	4	0.02	0.14	0.1	4	0	0.2	2	0.2	0.0
モスの氷シェイク ソーダ	154.0	147	1.5	2.5	29.9	123	64	66	0.4	4	0.02	0.14	0.1	0	0	0.2	2	0.2	0.0
玄米フレークシェイク 抹茶小豆(玄米茶白玉入り)	183.0	254	5.5	4.1	49.0	285	163	238	1.6	77	0.18	0.28	2.0	14	1	2.0	4	0.6	1.7
フローズンケーキバー レアチーズ	29.0	91	1.4	5.5	9.2	28	10	26	0.2	23	0.01	0.03	0.1	0	0	0.5	17	0.1	0.2
フローズンケーキバー ティラミス	31.0	96	1.4	5.8	9.5	50	14	34	0.3	50	0.01	0.03	0.2	0	1	0.5	27	0.1	0.5
【ドリンク】																			
アイスコーヒーS	190.0	8	0.4	0.0	1.3	190	4	10	0.2	0	0.00	0.00	3.2	0	0	0.0	0	0.0	0.2
アイスコーヒーM	280.0	11	0.6	0.0	2.0	280	6	14	0.3	0	0.00	0.00	4.8	0	0	0.0	0	0.0	0.3
アイスコーヒーL	430.0	17	0.9	0.0	3.0	430	9	22	0.4	0	0.00	0.00	7.3	0	0	0.0	0	0.0	0.4
アイスコーヒー	カフェイン0.07%		タンニン0.18%																
プレミアムアイスティーS	150.0	1	0.0	0.0	0.3	20	2	2	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
プレミアムアイスティーM	240.0	2	0.0	0.0	0.5	31	2	2	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
プレミアムアイスティーL	350.0	3	0.0	0.0	0.7	46	4	4	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
プレミアムアイスティー	カフェイン0.03%		タンニン0.07%																
100%オレンジジュースS	190.0	84	1.3	0.0	19.6	344	17	32	0.2	8	0.00	0.00	0.6	80	0	0.0	0	0.0	0.6
100%オレンジジュースM	280.0	123	2.0	0.0	28.8	507	25	48	0.3	11	0.00	0.00	0.8	118	0	0.0	0	0.0	0.8
100%オレンジジュースL	430.0	189	3.0	0.0	44.3	778	39	73	0.4	17	0.00	0.00	1.3	181	0	0.0	0	0.0	1.3
アイスウーロン茶S	190.0	0	0.0	0.0	0.2	44	4	2	0.0	0	0.00	0.00	0.2	0	0	0.0	0	0.0	0.0
アイスウーロン茶M	280.0	0	0.0	0.0	0.3	64	6	3	0.0	0	0.00	0.00	0.3	0	0	0.0	0	0.0	0.0
アイスウーロン茶L	430.0	0	0.0	0.0	0.4	99	9	4	0.0	0	0.00	0.00	0.4	0	0	0.0	0	0.0	0.0
アイスウーロン茶	カフェイン0.02%		タンニン0.03%																
コーラ(ペプシネックス)S	190.0	0	0.0	0.0	0.0	8	4	30	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
コーラ(ペプシネックス)M	280.0	0	0.0	0.0	0.0	11	6	45	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
コーラ(ペプシネックス)L	430.0	0	0.0	0.0	0.0	17	9	69	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
白ぶどうソーダS	190.0	86	0.0	0.0	21.3	6	6	2	0.2	0	0.00	0.00	0.0	23	0	0.0	0	0.0	0.0
白ぶどうソーダM	280.0	126	0.0	0.0	31.4	8	8	3	0.3	0	0.00	0.00	0.0	34	0	0.0	0	0.0	0.0
白ぶどうソーダL	430.0	194	0.0	0.0	48.2	13	13	4	0.4	0	0.00	0.00	0.0	52	0	0.0	0	0.0	0.0
メロンソーダS	190.0	87	0.0	0.0	22.0	0	4	2	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
メロンソーダM	280.0	129	0.0	0.0	32.5	0	6	3	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
メロンソーダL	430.0	198	0.0	0.0	49.9	0	9	4	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
ジンジャーエールS	190.0	74	0.0	0.0	18.6	0	4	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
ジンジャーエールM	280.0	109	0.0	0.0	27.4	0	6	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
ジンジャーエールL	430.0	168	0.0	0.0	42.1	0	9	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
アイスカフェラテS	122.0	58	2.9	3.1	4.6	242	90	79	0.1	31	0.04	0.12	1.7	1	0	0.1	10	0.1	0.1
アイスカフェラテM	172.0	92	4.5	5.0	7.0	317	145	126	0.1	51	0.06	0.20	1.8	1	0	0.1	16	0.1	0.1
アイスカフェラテ	カフェイン0.18%		タンニン0.47%																
ココア(アイス・ホット)	190.0	160	3.6	7.3	20.6	326	74	134	2.5	0	0.04	0.17	0.0	0	0	0.4	0	0.3	4.0
モスシェイク(バニラ)S	175.0	194	3.3	5.3	33.6	263	137	144	0.0	9	0.05	0.30	0.2	0	0	0.5	4	0.4	0.0
モスシェイク(バニラ)M	279.0	310	5.3	8.4	53.6	419	218	229	0.0	14	0.08	0.47	0.3	0	0	0.8	6	0.6	0.0
モスシェイク(ストロベリー)S	184.0	183	3.0	4.7	32.3	244	123	137	0.0	8	0.05	0.27	0.2	4	0	0.5	3	0.4	0.0
モスシェイク(ストロベリー)M	294.0	294	4.8	7.6	51.8	391	197	221	0.0	13	0.08	0.43	0.3	6	0	0.8	5	0.6	0.0
モスシェイク(コーヒー)S	184.0	180	3.1	4.8	31.3	255	123	130	0.0	8	0.05	0.27	0.5	0	0	0.5	3	0.3	0.1

モスバーガー商品 栄養成分表

更新日 平成21年8月17日

※栄養成分値は原則として、検査機関で分析した数値です(一部の商品・食材については五訂食品成分表による計算値です)。生野菜については、五訂食品成分表の数値を使用しています。

※数値は配合に基づいた標準値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますのでご了承ください。

※ドレッシング、ナゲットソース、コーヒーミルクなどの別添品は、原則として行を分けて記載しています。

※成分値が0または微量の場合は「0」と表示しています。

※アイスドリンクは氷を抜いた数値を記載しています。

※一部の商品については扱っていない店舗もあります。

※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されます。

商品名	重量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カリウム	カルシウム	リン	鉄	ビタミン	ビタミン	ビタミン	ナイアシン	ビタミン	ビタミン	ビタミン	コレステ	食塩	食物繊維
	g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	A μg	B1 mg	B2 mg	mg	C mg	D μg	E mg	ロール mg	相当量g	g
モスシェイク(コーヒー)M	294.0	288	4.9	7.6	50.2	410	197	210	0.0	13	0.08	0.43	0.8	0	0	0.8	5	0.5	0.1
ブレンドコーヒー	180.0	5	0.4	0.0	1.1	153	2	7	0.4	0	0.02	0.00	2.5	0	0	0.0	0	0.0	0.0
ブレンドコーヒー	カフェイン0.05%		タンニン0.15%																
紅茶(ホットティー)	180.0	2	0.0	0.0	0.4	29	4	2	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.2	0.0
紅茶(ホットティー)	カフェイン0.02%		タンニン0.06%																
カフェラテ	165.0	75	3.7	4.0	5.7	259	119	103	0.1	41	0.05	0.16	1.7	1	0	0.1	13	0.1	0.1
カフェラテ	カフェイン0.10%		タンニン0.26%																
モスの玄米茶	350.0	0	0.0	0.0	0.4	25	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	144	0	0.0	0	0.0	0.0
モスの玄米茶	カフェイン0.01%		タンニン0.05%																
モスのジャスミン茶	350.0	0	0.0	0.0	0.4	28	0	4	0.0	0	0.00	0.00	0.0	95	0	0.0	0	0.0	0.0
モスのジャスミン茶	カフェイン0.03%		タンニン0.05%																
モスシュガー	3.0	10	0.0	0.0	3.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
ガムシロップ	13.0	35	0.0	0.0	9.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
コーヒーミルク	4.5	11	0.2	1.0	0.2	0	0	7	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.0	0.0
【ワイワイセット】(店舗限定)																			
モスワイワイハンバーガーセット(バーガー単品)	103.0	266	12.9	11.0	30.7	249	25	128	1.1	18	0.12	0.08	2.7	1	0	0.9	12	1.4	2.3
モスワイワイチーズバーガーセット(バーガー単品)	118.0	317	16.0	15.1	31.0	259	117	268	1.2	52	0.13	0.14	2.7	1	0	1.1	25	1.9	2.3
フレンチフライポテトS	90.0	194	2.3	8.2	27.5	370	14	108	0.5	0	0.11	0.01	1.7	3	0	7.7	0	1.4	2.2
【モーニングメニュー】(店舗限定)																			
ツナトマトロール	115.0	267	7.7	13.8	28.1	158	25	83	0.6	49	0.08	0.06	2.1	5	0	2.2	13	0.9	1.8
ポロニアソーセージエッグロール	129.0	345	11.5	19.2	31.6	175	31	132	0.9	59	0.15	0.15	1.8	7	0	2.3	46	1.7	1.6
モスライスバーガー きんぴら	135.5	243	4.6	2.7	50.3	85	29	55	0.4	79	0.03	0.03	0.3	7	0	0.4	0	1.3	3.6
モスライスバーガー 玉子きんぴら	148.5	288	6.1	7.5	49.2	91	24	74	0.5	80	0.04	0.09	0.3	4	0	1.6	27	1.1	2.2
トースト※1	60.0	158	5.6	2.6	28.0	58	17	50	0.4	0	0.04	0.02	0.7	0	0	0.4	0	0.8	1.4
ポーションバター	7.0	50	0.1	5.6	0.0	2	1	1	0.0	55	0.00	0.00	0.0	0	0	0.1	16	0.1	0.0
ポーションイチゴジャム	14.0	35	0.1	0.0	8.9	9	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0.0	1	0	0.0	0	0.0	0.2
ポーションブルーベリージャム	14.0	25	0.1	0.0	6.1	11	1	2	0.0	1	0.00	0.00	0.1	0	0	0.3	0	0.0	0.6
【店舗限定メニュー】																			
モスライスバーガー カルビ焼肉	169.0	410	14.0	17.6	49.2	236	16	123	1.0	29	0.05	0.10	2.8	1	0	0.3	44	1.5	1.1
フランクフルト	60.0	167	8.1	13.3	3.9	102	5	120	0.5	0	0.22	0.08	1.9	25	0	0.2	32	1.2	0.1
アップルパイ	68.0	195	1.6	8.6	27.9	52	10	16	0.4	0	0.02	0.01	0.1	0	0	8.1	1	0.3	1.6
モスのえびフライ(5コ入り)	50.0	104	7.2	4.3	8.6	127	14	88	0.3	3	0.04	0.04	1.1	0	0	1.2	42	0.4	0.4
ゆずドリンクS [和歌山県・奈良県・大阪府の一部、他]	194.0	97	0.2	0.0	26.2	45	4	2	0.0	0	0.02	0.00	0.0	8	0	0.0	0	0.0	0.0
ゆずドリンクM [和歌山県・奈良県・大阪府の一部、他]	281.5	141	0.3	0.0	38.0	65	6	3	0.0	0	0.03	0.00	0.0	11	0	0.0	0	0.0	0.0
キッズ チキンやさいバーガー	119.0	226	11.5	5.1	33.5	241	30	116	0.8	58	0.10	0.09	3.8	2	0	1.0	22	1.8	2.0
フレンチフライポテトS	90.0	194	2.3	8.2	27.5	370	14	108	0.5	0	0.11	0.01	1.7	3	0	7.7	0	1.4	2.2
こどもにこにこ くだものやさい	125.0	45	0.0	0.0	11.0	191	13	17	0.6	318	0.02	0.02	0.3	6	0	0.1	0	0.1	0.8
サラダごはん えびフライ	230.0	353	10.8	9.0	56.8	249	30	133	0.5	29	0.07	0.06	1.4	9	0	2.3	43	1.6	1.3
サラダごはん 沖縄風タコライス	245.0	403	15.7	13.3	54.8	424	234	399	1.2	116	0.10	0.20	2.1	6	0	3.2	33	2.3	2.8
スープごはん トマトポトフ	420.0	293	7.8	4.4	56.1	435	35	133	0.8	56	0.14	0.11	4.9	12	0	0.5	9	3.7	2.5
カレーチキンバーガーポテフリセット(バーガー単品)※2	172.5	425	16.5	20.3	44.2	314	35	171	1.3	8	0.48	0.17	6.2	9	0	9.0	24	2.0	2.7
チーズカレーチキンバーガーポテフリセット(バーガー単品)※2	187.5	476	19.6	24.3	44.5	324	127	311	1.3	42	0.48	0.23	6.2	9	0	9.1	37	2.4	2.7
フレンチフライポテト バーベキュー風味	95.0	205	2.8	8.3	29.9	397	27	118	0.6	6	0.13	0.01	1.8	3	0	7.7	0	2.4	2.3
フレンチフライポテト やきそば風味	95.0	206	2.7	8.3	29.9	379	31	118	0.6	0	0.11	0.01	1.8	3	0	7.7	0	2.4	2.3
モスライスバーガー 味噌カツ[愛知・岐阜・三重]	190.0	400	13.0	10.6	63.7	240	27	168	0.8	6	0.47	0.06	2.9	6	0	8.1	20	1.5	2.3
パックマスタード	1.3	3	0.1	0.0	0.6	3	1	3	0.0	0	0.01	0.00	0.0	0	0	0.0	0	0.1	0.1

モスバーガー商品 栄養成分表

更新日 平成21年8月17日

※栄養成分値は原則として、検査機関で分析した数値です(一部の商品・食材については五訂食品成分表による計算値です)。生野菜については、五訂食品成分表の数値を使用しています。

※数値は配合に基づいた標準値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差が出ますのでご了承ください。

※ドレッシング、ナゲットソース、コーヒーミルクなどの別添品は、原則として行を分けて記載しています。

※アイスドリンクは氷を抜いた数値を記載しています。

※商品内容の変更に伴い、情報は随時更新されます。

※成分値が0または微量の場合は「0」と表示しています。

※一部の商品については扱っていない店舗もあります。

商品名	重量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	カリウム	カルシウム	リン	鉄	ビタミン	ビタミン	ビタミン	ナイアシン	ビタミン	ビタミン	ビタミン	コレステ	食塩	食物繊維	
	g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	A μg	B1 mg	B2 mg	mg	C mg	D μg	E mg	ロール mg	相当量g	g	
モスのアイス さくら	80.0	193	5.5	8.8	22.9	271	179	159	0.0	91	0.06	0.26	0.2	1	0	0.2	30	0.4	0.0	
モスのアイス わさび菜	80.0	156	3.4	6.1	22.9	175	110	94	0.1	68	0.05	0.16	0.2	4	0	0.3	18	0.1	0.2	
モスのアイス とまと	80.0	50	0.4	0.1	12.8	121	4	15	0.1	25	0.03	0.01	0.4	11	0	0.5	0	0.0	0.5	
モスのアイス さつまいも	90.0	186	2.9	7.0	28.7	234	96	84	0.1	64	0.05	0.12	0.3	6	0	0.6	21	0.2	0.9	
ミネストローネ [沖縄]	168.0	50	1.3	1.8	7.1	168	14	28	0.3	69	0.03	0.03	0.7	5	0	0.9	2	1.8	1.1	
クラムチャウダー [沖縄]	168.0	99	3.7	3.4	13.1	134	65	76	1.4	16	0.03	0.08	0.3	0	0	0.7	9	1.0	0.8	
モーニングプレート・単品のみ [東海・北陸・沖縄]	191.0	418	11.9	21.2	45.1	351	41	167	1.0	52	0.17	0.17	2.4	12	0	5.2	44	3.0	2.9	
ポーションバター	7.0	50	0.1	5.6	0.0	2	1	1	0.0	55	0.00	0.00	0.0	0	0	0.1	16	0.1	0.0	
ポーションイチゴジャム	14.0	35	0.1	0.0	8.9	9	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0.0	1	0	0.0	0	0.0	0.2	
ポーションブルーベリージャム	14.0	25	0.1	0.0	6.1	11	1	2	0.0	1	0.00	0.00	0.1	0	0	0.3	0	0.0	0.6	
【モス夏ギフト】																				
果実体験 不知火体験	500	250	4.5	0.5	63.5	900	35	90	0	455	0.45	0.15	1.5	265	0	1.5	0	0	2.5	
果実体験 ラ・フランス体験	500	270	1.5	0.5	72	700	25	65	0.5	0	0.1	0.05	1	15	0	1.5	0	0	9.5	
果実体験 りんご体験	500	270	1	0.5	73	550	15	50	0	15	0.1	0.05	0.5	20	0	1	0	0	7.5	

※1 トーストは店舗により重量・成分値が異なる場合があります。