

## 栄養成分一覧

2020年5月28日現在

- ・代表的な商品の栄養成分を掲載しています。
- ・エネルギー、栄養成分の数値は目安です。(検査機関等で算出した数値ではありません)
- ・商品内容の変更等に伴い随時更新される場合もございます。

商品名(日本語)	熱量(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	食塩相当量(g)
<b>ハード (100g当たり)</b>					
バゲットモンジュ	221	7.0	0.9	43.5	1.2
バタール	221	7.0	0.9	43.5	1.2
パンダアサス	221	7.0	0.9	43.5	1.2
さつまいものパン	241	5.5	3.5	44.8	1.0
イチジクのパン	242	6.3	2.3	47.9	1.1
パン オ フロマージュ	262	11.6	7.5	34.6	1.1
チャバタ	254	6.1	6.4	40.2	1.2
トッサードトマト	246	5.6	8.2	34.9	1.0
2種のオリーブのパン	307	5.2	9.1	34.1	1.4
ヴィエノワーズショコラ	299	7.6	9.8	43.5	0.9
ヴィエノワーズナチュラル	262	7.6	6.5	41.3	1.1
キュルキュマ	330	8.6	16.3	37.5	0.9
デリスブラン	311	6.8	10.8	45.2	0.9
パン オ ノワ	327	8.7	16.0	37.3	0.9
レザンノア	301	7.7	10.1	42.7	0.9
抹茶と柚子のパン	262	6.3	5.2	46.0	0.9
カンパーニュ	219	6.6	1.2	43.7	1.3
バゲットカンパーニュ	219	6.6	1.2	43.7	1.3
エクメック	259	6.1	4.0	46.9	1.2
エクメックレモンティー	347	6.7	7.4	61.4	1.4
オレンジのエクメック	264	4.9	3.3	51.8	1.0
トウルト	202	6.0	1.1	41.1	2.0
トウルトレザン	215	5.0	0.9	46.6	1.6
食パン	262	7.3	6.5	41.2	1.1
全粒粉の食パン	219	7.1	2.8	40.4	1.1
<b>ヴィエノワズリー (1個当たり)</b>					
クロワッサン	217	3.9	11.6	23.1	0.6
パン オ ショコラ	257	4.3	13.7	28.1	0.6
パン オ レザン	332	5.6	15.0	42.7	0.7
プリエ オ ショコラ	335	5.8	16.9	32.5	0.7
プレッツェルダマンド	336	6.3	18.0	37.7	0.6
キャラメルパイ	408	3.8	23.2	45.4	0.6
クロワッサン オ ザマンド	611	9.4	37.2	59.8	0.6
ショソソ オ ポム	302	3.3	16.9	33.5	0.6
レモンパイ	453	4.4	26.3	48.9	0.6
プチ プリオッシュ シュクル	196	4.2	9.7	21.8	0.5
プレッサンヌシュクル	270	4.0	16.9	24.0	0.5
カヌレ	245	5.1	7.3	34.1	0.1
ぶどうのプリオッシュ(100g当たり)	362	7.5	18	40.4	0.9

フーガス・サンド・キッシュ (1個当たり)					
フーガストマトモッツアレラ	410	12.8	18.6	45.5	1.5
チョリソーソーセージとトマトのフーガス	442	14.9	20.4	46.8	2.1
フーガスオニオン	434	10.9	20.5	48.3	1.9
ハムとエメンタルチーズのサンド	488	20.5	14.4	64.7	2.8
タンドリーチキンサンド2019(ケバブ風サンド)	446	13.8	12.3	66.0	2.5
バゲットツナサンド	471	12	15.5	66.8	2.3
チリコンカンサンド	276	10.4	7.3	47.6	1.7
ローストポークサンド	316	10.4	19.3	23.0	1.1
ラタトゥイユチキンサンド	285	11.9	14.9	24.9	1.5
クロワッサン玉子サンド	366	7.4	25.6	25.2	1.5
CHEDARチーズとチリコンカンのサンド(ポケグ)	363	12.9	10.7	51.2	1.9
ソーセージとカレーソースのサンド(ポケグリ)	616	16.0	33.5	60.5	2.1
キュルキュマカレーサンド(ポケグリ)	538	14.8	25.7	61.3	1.9
厚切りクロックムッシュ	426	15.2	16.1	51.8	2.0
クロワッサンのクロックムッシュ	275	9.5	16.6	20.2	1.2
キッシュロレーヌ	172	4.2	12.8	9.6	0.6
サーモンとほうれん草のキッシュ	156	4.4	11.5	8.6	0.4
トマトとチキンのキッシュ	159	5.5	11.0	9.5	0.4
タルティーヌ ミートソース	324	14.0	11.6	38.4	1.9
タルティーヌ ブラン	309	10.9	12.4	36.9	1.4
パティスリー (1個当たり)					
シューパリジャン	297	4.5	24.0	15.1	0.2
エクレアショコラ	156	3.2	10.1	12.7	0.2
エクレアピスタチオ	156	6.1	9.4	11.4	0.2
エクレアフランボワーズ	135	2.3	7.8	13.5	0.2
エクレアキャラメル	167	2.8	11.4	12.0	0.3
アールグレイのサブレ	188	1.9	10.5	17.5	0.0
ダイヤモンド	207	2.0	12.8	20.1	0.1
サブレナンテ	186	2.5	10.8	19.6	0.0
ミルクチョコクッキー	197	2.6	11.8	20.2	0.2
フィナンシェ	140	2.1	8.1	15.1	0.0
ブラウニー	265	3.5	18.5	22.2	0.0
マドレーヌ	96	1.3	5.3	10.4	0.0
フィナンシェー抹茶ー	142	2.3	8.3	15.1	0.0
フィナンシェーゴマー	147.0	2.4	9.0	14.7	0.0
ラスク (1包装当たり)					
バゲットラスク	243	6.5	2.7	46.3	1.0
パンオレザン ラスク	326	5.4	14.3	42.5	0.6
パンオショコラ ラスク	255	4.2	13.2	28.3	0.6
プリエオショコラ ラスク	336	5.7	16.5	33.0	0.6
チャバタ ラスク	297	5.4	18.9	24.7	0.9
クロワッサンラスク	269	3.6	11.7	36.6	0.6
チリレモンラスク	173	5.5	0.8	34.1	2.0
トリュフ香るラスク	176	5.6	0.9	34.6	1.4
コンフィチュール (100g当たり)					
コンフィチュール フレーズ	186	0.5	0.2	45.0	0.0
コンフィチュール ペッシュマンゴー	206	0.5	0.2	49.0	0.0
コンフィチュール アグリユーム	195	0.4	0.1	47.0	0.0
コンフィチュール フィグ	196	0.8	0.2	47.0	0.0
コンフィチュール フランボワーズ	198	0.9	0.2	46.0	0.0
コンフィチュール ミルク	342	5.9	6.0	66.0	0.2
コンフィチュール ミルティエユ	207	0.4	0.2	50.0	0.0