

栄養成分一覧

2026年1月13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)
ハード (100g当たり)					
バゲットモンジュ	271	6.9	1.0	42.6	1.2
バタール	271	6.9	1.0	42.6	1.2
チョコレートとカシューナッツのバゲット	388	7.4	11.7	43.4	0.9
クールショコラクランベリー	302	6.4	3.9	48.3	1.0
さつまいものパン	271	5.5	3.6	45.5	1.1
イチジクのパン	274	6.3	2.3	48.5	1.2
パンオフロマージュ	283	11.8	7.6	35.1	1.2
チャバタ	298	6.1	6.5	40.4	1.2
2種類のオリーブのチャバタ	350	5.3	9.3	35.2	1.5
枝豆チーズベーコン	311	9.2	13.2	26.0	1.4
ほうれん草とチーズのチャバタ	273	7.3	6.7	34.7	1.2
ヴィエノワーズショコラ	359	7.7	10.0	44.2	0.9
ヴィエノワーズナチュール	304	7.8	6.7	41.5	1.1
デリスブラン	346	7.0	11.0	45.8	1.0
パンオノワ	374	8.8	16.9	37.5	0.9
レザンノワ	336	7.8	11.2	43.3	0.9
デリスペカン	361	7.3	14.2	41.5	0.9
抹茶と柚子のパン	283	6.3	5.3	45.0	0.9
カンパニュ	257	6.4	1.1	43.0	1.3
カンパニュフィグゴルゴンゾーラ	263	6.8	2.8	44.4	1.2
バナナとクルミのカンパニュ	323	5.9	6.5	49.5	0.9
エクメック	292	6.0	3.9	48.0	1.1
ピスタチオのパン	323	7.3	8.6	45.6	1.0
トウルト	237	6.3	1.1	43.1	2.1
トウルトレザン	256	5.8	1.0	48.8	1.8
食パン	297	7.7	6.6	42.4	1.1
全粒粉の食パン	251	7.1	2.8	40.6	1.1
MKハイファイバーブレッド プレーン	276	9.0	8.8	42.6	1.1
MKハイファイバーブレッド ホワイトチョコ	314	8.1	12.3	44.7	1.0
MKハイファイバーブレッド クルミ	342	10.1	18.1	37.1	0.9
MKハイファイバーブレッド デーツ	294	5.8	5.3	46.9	0.7
ヴィエノワズリー (100g当たり)					
クロワッサン	444	6.5	19.3	38.2	0.9
パンオショコラ	438	6.4	20.3	41.7	0.8
パンオレザン	367	5.5	14.7	42.0	0.7
プリエオショコラ	423	5.8	17.5	42.0	0.7
クロワッサンカネル	446	6.3	17.6	38.4	0.7
クロワッサンオザマンド	489	5.4	21.5	34.0	0.3
ショソンオボム	350	3.3	16.4	33.3	0.6
レモンパイ	526	4.1	23.5	31.5	0.6
クイニーアマン	506	4.0	27.7	43.8	1.0
プチブリオッシュシュクル	421	8.1	19.0	39.4	0.6
ブレッサンヌシュクル	513	6.8	27.2	35.9	0.5
クグロフ	358	7.4	3.7	55.3	0.7
カヌレ	356	5.2	7.4	38.1	0.1
スコーン	426	6.5	19.8	47.0	0.8
ショコラスコーン	470	6.3	22.8	48.1	0.7
メープルスコーン	432	6.1	20.5	50.2	0.4
アリュメットセザム	563	7.5	22.8	37.3	0.5
クロワッサンパルミエ ピスター・シュー	463	6.1	22.7	47.4	0.6
クロワッサンパルミエ ショコラナッツ	466	6.2	23.8	45.8	0.6

クロワッサンパルミエ プラリネロゼ	455	5.2	20.5	50.7	0.6
フーガス・サンド (100g当たり)					
トマトとモツツアレラのフーガス	279	7.7	10.1	23.9	0.9
ほうれん草とベーコンのフーガス	280	7.1	10.1	23.1	1.1
ハムとエメンタールチーズのサンド	273	10.4	8.0	28.9	1.4
ローストチキンサンド	286	9.2	16.1	17.5	1.1
ツナとオリーブのサンド	272	7.3	10.8	25.5	1.1
エビとアボカドのサンド	249	8.0	11.1	23.5	0.9
クロックムッシュ	284	8.5	9.7	21.9	1.1
グリル野菜とソーセージのタルティーヌ	288	7.8	14.1	20.5	1.0
じゃがいもとベーコンのタルティーヌ	265	6.6	12.5	20.7	1.1
パティスリー (100g当たり)					
シューパリジヤン	274	5.7	16.7	23.2	0.3
栗のシュークリーム	300	6.6	13.7	29.7	0.2
タルトモンジュ	256	3.7	14.4	27.7	0.2
タルトショコラ	512	5.7	29.0	36.5	0.3
エクレアショコラ	348	5.8	19.2	27.1	0.3
エクレアキヤラメル	345	4.9	21.7	29.1	0.4
アールグレイのサブレ	504	5.4	26.6	54.3	0.0
ダイヤモンド	557	5.0	31.5	49.7	0.2
サブレナンテ	519	6.3	27.2	50.1	0.2
ミルクチョコクッキー	526	6.9	30.0	51.5	0.5
フィナンシェ	438	6.2	23.8	44.0	0.1
ブラウニー	545	6.3	34.8	35.7	0.1
マドレーヌ	457	5.6	22.6	44.4	0.3
バゲットラスク	329	6.6	2.7	46.5	1.1
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 アグリューム	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 ミルティーユ	207	0.4	0.2	50.0	0.0

【1個当たり】

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)
ハード (1個当たり)					
バゲットモンジュ	650	16.6	2.4	102.2	2.9
バタール	650	16.6	2.4	102.2	2.9
チョコレートとカシューなツのバゲット	466	8.9	14.0	52.1	1.1
クールショコラクランベリー	266	5.6	3.4	42.5	0.9
さつまいものパン	366	7.4	4.9	61.4	1.5
イチジクのパン	370	8.5	3.1	65.5	1.6
パンオフロマージュ	425	17.7	11.4	52.7	1.8
チャバタ	775	15.9	16.9	105.0	3.1
2種類のオリーブのチャバタ	472	7.2	12.6	47.5	2.0
枝豆チーズベーコン	342	10.1	14.5	28.6	1.5
ほうれん草とチーズのチャバタ	355	9.5	8.7	45.1	1.6
ヴィエノワーズショコラ	314	6.7	8.8	38.7	0.8
ヴィエノワーズナチュール	274	7.0	6.0	37.4	1.0
デリスブラン	476	9.6	15.1	63.0	1.4
パンオノワ	505	11.9	22.8	50.6	1.2
レザンノワ	462	10.7	15.4	59.5	1.2
デリスペカン	487	9.9	19.2	56.0	1.2
抹茶と柚子のパン	382	8.5	7.2	60.8	1.2
カンパニーユ	630	16.0	2.8	107.5	3.3

カンパニーニュフィグゴルゴンゾーラ	334	8.6	3.6	56.4	1.5
バナナとクルミのカンパニーニュ	413	7.6	8.3	63.4	1.2
エクメック	766	16.2	10.6	124.2	3.3
ピスタチオのパン	578	13.3	15.5	80.3	2.2
MKハイファイバーブレッド プレーン	276	9.0	8.8	42.6	1.1
MKハイファイバーブレッド ホワイトチョコ	314	8.1	12.3	44.7	1.0
MKハイファイバーブレッド クルミ	342	10.1	18.1	37.1	0.9
MKハイファイバーブレッド デーツ	300	5.9	5.4	47.8	0.7
ヴィエノワズリー (1個当たり)					
クロワッサン	226	3.3	9.8	19.5	0.5
パンオショコラ	267	3.9	12.4	25.4	0.5
パンオレザン	349	5.2	14.0	40.0	0.7
プリエオショコラ	360	4.9	14.9	35.7	0.6
クロワッサンカネル	357	5.0	14.1	30.7	0.6
クロワッサンオザマンド	636	7.0	28.0	44.2	0.4
ショソンオポム	315	3.0	14.8	30.0	0.5
レモンパイ	473	3.7	21.2	28.4	0.5
クニニアマン	354	2.8	19.4	30.7	0.7
プチブリオッシュシュクル	204	4.0	9.3	19.1	0.3
ブレッサンヌシュクル	279	3.8	14.8	19.5	0.3
クグロフ	458	9.5	4.7	70.8	0.9
カヌレ	249	3.6	5.2	26.7	0.1
スコーン	405	6.2	18.8	44.7	0.8
ショコラスコーン	435	5.8	21.1	44.5	0.6
メープルスコーン	380	5.4	18.0	44.2	0.4
アリュメットセザム	101	1.4	4.1	6.7	0.1
クロワッサンパルミエ ピスター・シユ	394	5.2	19.3	40.3	0.5
クロワッサンパルミエ ショコラナッツ	396	5.3	20.2	38.9	0.5
クロワッサンパルミエ プラリネロゼ	387	4.4	17.4	43.1	0.5
フーガス・サンド (1個当たり)					
フーガストマトモツツアレラ	377	10.4	13.6	32.2	1.2
ほうれん草とベーコンのフーガス	420	10.7	15.2	34.7	1.7
ハムとエメンタールチーズのサンド	491	18.7	14.4	52.0	2.5
ローストチキンサンド	375	12.1	21.1	22.9	1.4
ツナとオリーブのサンド	593	15.9	23.5	55.6	2.4
エビとアボカドのサンド	402	12.9	17.9	38.0	1.5
クロックムッシュ	261	7.8	8.9	20.1	1.0
グリル野菜とソーセージのタルティーヌ	461	12.5	22.6	32.8	1.6
じゃがいもとベーコンのタルティーヌ	477	11.9	22.5	37.3	2.0
パティスリー (1個当たり)					
シューパリジャン	307	6.4	18.7	26.0	0.3
タルトモンジュ	412	5.9	23.2	44.5	0.3
タルトショコラ	333	3.7	18.9	23.7	0.2
エクレアショコラ	291	4.8	16.0	22.6	0.3
エクレアキラメル	290	4.1	18.2	24.2	0.3
アールグレイのサブレ	192	2.1	10.1	20.6	0.0
ダイヤモンド	212	1.9	12.0	18.9	0.1
サブレナンテ	192	2.3	10.1	18.5	0.1
ミルクチョコクッキー	200	2.6	11.4	19.6	0.2
フィナンシェ(1袋)	142	2.0	7.7	14.3	0.0
マドレーヌ	110	1.3	5.4	10.7	0.1