

栄養成分一覧

2026年2月16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
バゲットトワフロマージュ	282	10.3	6.2	34.8	1.4
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
チャパタ	298	6.1	6.5	40.4	1.2
2種類のオリーブのチャパタ	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
新玉ねぎとバターのチャパタ	264	4.8	5.6	32.9	1.0
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ラル	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
デリスフレーズ	345	6.7	10.3	47.3	0.9
抹茶と柚子のパン	283	6.3	5.3	45.0	0.9
カンパーニュ	257	6.4	1.1	43.0	1.3
カンパー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ーニュ	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
トゥルト	237	6.3	1.1	43.1	2.1
トゥルトレザン	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ハイファイバースブレッド プレーン	276	9.0	8.8	42.6	1.1
MKハイファイバースブレッド ホワイトチョコ	314	8.1	12.3	44.7	1.0
MKハイファイバースブレッド クルミ	342	10.1	18.1	37.1	0.9
MKハイファイバースブレッド 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
デニッシュフレーズ	284	4.2	13.3	32.3	0.4
クロワッサンオザマンド	489	5.4	21.5	34.0	0.3
ショソソポム	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
プ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
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	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)					
トマトとモッツアレラのフーガス	279	7.7	10.1	23.9	0.9
きのこ玉ねぎのグラタンフーガス	260	5.9	10.8	23.5	1.0
ハムとエメンタルチーズのサンド	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
新玉ねぎソテーとゴーダチーズのサンド	236	4.9	9.1	22.5	0.9
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)					
シューパリジャン	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
エクレアキャラメル	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 ミルティュー	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ナッツのバゲット	466	8.9	14.0	52.1	1.1
バゲットトワフロマージュ	305	11.1	6.7	37.6	1.5
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
新玉ねぎとバターのチャバタ	330	6.0	7.0	41.1	1.3
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ラル	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
デリスフレーズ	469	9.1	14.0	64.3	1.2
抹茶と柚子のパン	382	8.5	7.2	60.8	1.2
カンパーニュ	630	16.0	2.8	107.5	3.3

カンパ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
デニッシュプレーズ	292	4.4	13.7	33.2	0.4
クロワッサンオザマンド	636	7.0	28.0	44.2	0.4
ショソソポム	315	3.0	14.8	30.0	0.5
レモンパイ	473	3.7	21.2	28.4	0.5
クイニーアマン	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
プ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
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 ピスターシュ	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)					
フーガストマトモッツアレラ	377	10.4	13.6	32.2	1.2
きのこと玉ねぎのグラタンフーガス	403	9.1	16.7	36.4	1.6
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
新玉ねぎソテーとゴーダチーズのサンド	483	10.0	18.6	46.0	1.8
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)					
シューバリジャン	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
エクレアキャラメル	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