

いきなりステーキ 栄養成分表一覧表

検査機関で分析した数値および「日本食品標準成分表」に基づき算出しております
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。

- *メインメニューには、ペースト・付け合わせが含まれております。ステーキソースは含まれておりません。
- *セットおよび単品サラダにつきましては、ドレッシングが含まれております。
- *一部店舗で、品揃えが異なる場合がございます。詳細は各店舗ページをご覧ください。

メインメニュー【主に路面・ロードサイド】	カロリー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
ワイルドステーキ 150g	536.8	29.0	41.4	7.1	1.9
ワイルドステーキ 200g	694.8	38.2	54.1	7.2	2.3
ワイルドステーキ 300g	1,010.7	56.4	79.5	7.3	3.2
ワイルドステーキ 450g	1,484.7	83.7	117.7	7.5	4.6
赤身！肩ロースステーキ 150g	379.3	31.7	23.3	7.1	1.9
赤身！肩ロースステーキ 200g	484.8	41.8	29.9	7.2	2.3
赤身！肩ロースステーキ 300g	695.7	61.8	43.2	7.3	3.2
赤身！肩ロースステーキ 450g	1,012.2	91.8	63.2	7.5	4.6
ワイルドハンバーグ 150g	517.3	22.3	41.0	15.2	2.2
ワイルドハンバーグ 200g	668.8	29.2	53.5	18.0	2.8
ワイルドハンバーグ 300g	971.7	42.9	78.6	23.5	3.9
ワイルドコンボ(ワイルドステーキ&ワイルドハンバーグ) 180g ※ランチのみ	618.6	30.0	48.7	12.6	2.4
ワイルドコンボ(ワイルドステーキ&ワイルドハンバーグ) 250g	833.2	40.5	66.4	15.4	3.1
ワイルドコンボ(ワイルドステーキ&ワイルドハンバーグ) 300g	991.2	49.6	79.1	15.4	3.5
ワイルドコンボ(ワイルドステーキ&ワイルドハンバーグ) 450g	1,465.2	77.0	117.2	15.6	4.9
グリルチキンスステーキ 220g	476.3	47.0	28.6	7.2	3.2
グリルチキンスステーキ 440g	889.9	92.3	54.0	7.5	5.9
リブロースステーキ 150g	341.6	35.1	18.3	12.5	1.9
リブロースステーキ 200g	427.1	45.9	23.3	12.7	2.3
リブロースステーキ 300g	598.0	67.7	33.2	13.3	3.2
リブロースステーキ 400g	769.0	89.4	43.1	13.8	4.1
特選ヒレスステーキ 150g	296.6	33.3	11.8	12.3	1.9
特選ヒレスステーキ 200g	367.1	43.5	14.7	12.5	2.3
特選ヒレスステーキ 250g	437.5	53.8	17.5	12.8	2.8
特選ヒレスステーキ 300g	508.0	64.1	20.3	13.0	3.2
乱切りカットステーキ 120g	336.8	26.6	19.7	12.0	1.6
乱切りカットステーキ 160g	420.7	34.7	25.1	12.2	2.0
乱切りカットステーキ 200g	504.6	42.7	30.6	12.3	2.3
乱切りカットステーキ 240g	588.4	50.8	36.0	12.4	2.7
ステーキ重	831.4	33.8	39.2	76.8	2.8
ヒレスステーキ重	497.1	27.0	6.7	76.7	2.3

いきなりステーキ 栄養成分表一覧表

検査機関で分析した数値および「日本食品標準成分表」に基づき算出しております
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。

- *メインメニューには、ペースト・付け合わせが含まれております。ステーキソースは含まれておりません。
- *セットおよび単品サラダにつきましては、ドレッシングが含まれております。
- *一部店舗で、品揃えが異なる場合がございます。詳細は各店舗ページをご覧ください。

メインメニュー【主に商業施設内(レストラン・フードコート)】	カロリー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
ワイルドステーキ 130g	473.6	25.4	36.3	7.1	1.7
ワイルドステーキ 180g	631.6	34.5	49.0	7.2	2.2
ワイルドステーキ 280g	947.5	52.7	74.4	7.3	3.1
ワイルドステーキ 430g	1,421.5	80.1	112.6	7.5	4.4
赤身！肩ロースステーキ 130g	337.1	27.7	20.6	7.1	1.7
赤身！肩ロースステーキ 180g	442.6	37.8	27.3	7.2	2.2
赤身！肩ロースステーキ 280g	653.5	57.8	40.6	7.3	3.1
赤身！肩ロースステーキ 430g	970.0	87.8	60.5	7.5	4.4
ワイルドハンバーグ 150g	517.3	22.3	41.0	15.2	2.2
ワイルドハンバーグ 200g	668.8	29.2	53.5	18.0	2.8
ワイルドハンバーグ 300g	971.7	42.9	78.6	23.5	3.9
ワイルドコンボ(ワイルドステーキ&ワイルドハンバーグ) 160g	555.4	26.4	43.7	12.5	2.2
ワイルドコンボ(ワイルドステーキ&ワイルドハンバーグ) 230g	770.0	36.9	61.3	15.3	2.9
ワイルドコンボ(ワイルドステーキ&ワイルドハンバーグ) 250g	833.2	40.5	66.4	15.4	3.1
グリルチキンスステーキ 220g	476.3	47.0	28.6	7.2	3.2
グリルチキンスステーキ 440g	889.9	92.3	54.0	7.5	5.9
リブロースステーキ 100g	256.1	24.2	13.3	12.2	1.5
リブロースステーキ 150g	341.6	35.1	18.3	12.5	1.9
リブロースステーキ 200g	427.1	45.9	23.3	12.7	2.3
リブロースステーキ 300g	598.0	67.7	33.2	13.3	3.2
特選ヒレステーキ 100g	226.1	23.0	9.0	12.1	1.5
特選ヒレステーキ 150g	296.6	33.3	11.8	12.3	1.9
特選ヒレステーキ 200g	367.1	43.5	14.7	12.5	2.3
特選ヒレステーキ 250g	437.5	53.8	17.5	12.8	2.8
乱切りカットステーキ 120g	336.8	26.6	19.7	12.0	1.6
乱切りカットステーキ 160g	420.7	34.7	25.1	12.2	2.0
乱切りカットステーキ 200g	504.6	42.7	30.6	12.3	2.3
乱切りカットステーキ 240g	588.4	50.8	36.0	12.4	2.7
ステーキ重	831.4	33.8	39.2	76.8	2.8
ヒレステーキ重	497.1	27.0	6.7	76.7	2.3

いきなりステーキ 栄養成分表一覧表

検査機関で分析した数値および「日本食品標準成分表」に基づき算出しております
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。

- *メインメニューには、ペースト・付け合わせが含まれております。ステーキソースは含まれておりません。
- *セットおよび単品サラダにつきましては、ドレッシングが含まれております。
- *一部店舗で、品揃えが異なる場合がございます。詳細は各店舗ページをご覧ください。

サイドメニュー	カロリー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
ランチ/いきなりセット(ライス・サラダ・スープ)	399.9	6.1	2.6	83.9	1.5
サラダ&スープセット	39.9	0.7	2.0	5.1	1.5
ライス&サラダセット	392.4	5.7	2.5	82.6	0.4
ライス&スープセット	367.4	5.7	0.7	80.1	1.1
【単品】ライス(少なめ)	100.8	1.5	0.2	22.1	0.0
【単品】ライス(普通盛)	230.4	3.4	0.4	50.4	0.0
【単品】ライス(大盛)	360.0	5.4	0.6	78.8	0.0
【単品】サラダ	32.4	0.4	1.9	3.8	0.4
【単品】特製スープ	7.4	0.4	0.1	1.3	1.1

トッピング	カロリー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
【トッピング】ハンバーグ 100g	345.8	13.8	29.5	6.1	1.3
【トッピング】ハンバーグ 150g	497.2	20.7	42.1	8.9	1.9
【トッピング】ブロッコリー	15.0	2.0	0.2	2.6	0.0
【トッピング】オニオン	36.7	1.0	0.1	8.8	0.0
【トッピング】チーズ	142.0	6.6	12.5	0.9	1.4
【トッピング】カレーソース	118.3	2.3	8.3	8.8	1.4
【トッピング】オニオンソース	38.0	1.0	0.0	8.0	1.7
【トッピング】和風おろしポン酢	16.5	0.8	0.1	3.4	0.9
【トッピング】デミグラスソース	51.5	0.9	2.5	6.5	1.0

調味料	カロリー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
オリジナルステーキソース 30cc	24.0	1.9	0.0	3.4	2.1
いきなりソース 30cc	41.4	1.5	0.2	8.0	2.1
ゆず醤油ソース 30g	26.4	0.8	0.2	5.1	1.3
いきなり!スパイス 10g	14.6	1.2	0.2	2.1	5.9
玉ねぎドレッシング 10cc	24.2	0.0	1.8	1.9	0.4
和風ドレッシング 10cc	13.9	0.3	1.2	0.5	0.4
おろしニンニク 10g	9.2	0.4	0.0	1.9	0.2
わさび 10g	14.2	0.5	0.1	2.9	0.4
マスタード 10g	14.6	0.5	0.5	2.1	0.3
タバスコ 10cc	1.6	0.1	0.1	0.2	0.2
醤油 10cc	7.2	0.8	0.0	0.9	1.4
ベッパーパーペースト 5g	26.8	0.1	2.8	0.3	0.2

いきなりステーキ 栄養成分表一覧表

検査機関で分析した数値および「日本食品標準成分表」に基づき算出しております
ひとつひとつ手作りにしているため、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。

- *メインメニューには、ペースト・付け合わせが含まれております。ステーキソースは含まれておりません。
- *セットおよび単品サラダにつきましては、ドレッシングが含まれております。
- *一部店舗で、品揃えが異なる場合がございます。詳細は各店舗ページをご覧ください。

ドリンク	カロリー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	塩分 (g)
コカ・コーラ	112.5	0.0	0.0	28.3	0.0
オレンジドリンク	75.0	0.0	0.0	18.6	0.1
カルピスウォーター	138.0	0.9	0.0	33.0	0.1
いきなりブランド黒烏龍茶	10.0	1.0	0.5	3.0	0.1
サントリー黒烏龍茶	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1
レッドブル	115.0	0.0	0.0	27.0	0.5
ジンジャーエール ※フードコートのみ	72.0	0.0	0.0	18.0	0.0
カルピスソーダ ※フードコートのみ	72.0	0.4	0.0	17.4	0.1
アイスティー ※フードコートのみ	26.0	0.0	0.0	6.6	0.0
アイスコーヒー ※フードコートのみ	0.0	0.0	0.0	1.8	0.1
ノンアルコールビール	40.1	0.3	0.0	10.0	0.0
生ビール(小)	72.0	0.5	0.0	5.4	0.0
生ビール(中)	128.0	1.0	0.0	9.6	0.0
ハイボール	70.2	0.0	0.0	0.0	0.0
グラスワイン	88.4	0.3	0.0	2.0	0.0
ボトルワイン	510.0	1.5	0.0	11.3	0.0