

みはしメニュー 栄養成分一覧表 (2020.3更新)

土産商品	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	備考
	kcal/個	g/個	g/個	g/個	g/個	
土産あんみつ	289	4.7	1.4	64.7	0.04	
土産白玉あんみつ	359	6.1	1.6	80.5	0.04	
土産あんずあんみつ	324	5.1	1.4	72.9	0.04	
土産いちごあんみつ	305	5.1	1.4	68.8	0.04	12月～3月
土産若桃あんみつ	316	4.8	1.7	70.6	0.04	4月～6月
土産夏みかんあんみつ	314	4.8	1.4	70.7	0.04	7月～9月
土産栗あんみつ	384	5.4	1.5	87.5	0.05	9月～11月
土産クリスマスあんみつ	327	5.3	1.6	73.3	0.04	12月
土産みつ豆	220	3.4	0.5	50.8	0.06	
土産豆かん	202	5.7	0.6	43.8	0.10	
土産白玉金時	301	7.1	2.4	62.6	0.01	
土産白玉ぜんざい	328	6.6	2.5	69.7	0.01	
土産ところてん	19	1.6	0.1	2.9	1.72	
土産くずもち(3人前) ※数値は1人前当たり	288	5.1	3.6	60.1	0.02	
土産冷やし白玉しるこ	330	6.6	2.5	70.2	0.11	5月～9月
土産あわせんざい	320	7.6	2.9	65.4	0.10	10月～4月
土産つぶあん	622	14.4	5.9	127.5	0.22	250g
土産こしあん	585	11.8	5.3	122.5	0.21	250g
土産切り餅(5枚入) ※数値は1枚当たり	129	2.2	0.3	27.9	0.00	
土産お赤飯	662	13.7	1.4	148.4	1.52	漬物を除く
土産小倉最中	97	1.4	0.4	22.1	0.09	最中を除く
土産バニラ最中	106	2.7	3.8	15.3	0.09	最中を除く
土産抹茶最中	107	2.5	4.1	15.3	0.15	最中を除く
土産ほうじ茶最中	111	2.4	3.6	17.4	0.15	最中を除く 2・8月
土産さくら最中	106	1.9	3.9	15.8	0.29	最中を除く 3・4月
土産かぼちゃ最中	113	2.1	4.2	16.8	0.22	最中を除く 10月

数値は検査機関での分析値及び「七訂食品成分表」による計算値のいずれかまたは両方を合わせて算出したものです。

みはしメニュー 栄養成分一覧表 (2020.3更新)

店内商品	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	備考
	kcal/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	
あんみつ	285	4.7	0.8	64.9	0.04	
みつ豆	220	3.4	0.5	50.8	0.06	
豆かん	202	5.7	0.6	43.8	0.10	
クリームあんみつ	435	8.4	6.4	86.4	0.16	
小倉あんみつ	382	6.1	1.3	87.0	0.13	
抹茶あんみつ	392	7.1	4.9	80.2	0.19	
白玉あんみつ	332	5.6	1.0	75.4	0.04	
白玉クリームあんみつ	482	9.3	6.5	97.0	0.16	
あんずあんみつ	331	5.3	0.9	75.9	0.04	
あんずクリームあんみつ	482	8.9	6.5	97.4	0.16	
フルーツあんみつ(巨峰)	347	5.6	1.0	80.7	0.04	7月～11月
フルーツあんみつ(莓)	346	5.7	1.0	80.4	0.04	11月～4月
フルーツあんみつ(若桃)	350	5.6	1.1	81.0	0.04	4月～6月
フルーツあんみつ(さくらんぼ)	345	5.6	1.0	80.1	0.04	6月～7月
フルーツクリームあんみつ(巨峰)	497	9.2	6.5	102.2	0.16	7月～11月
フルーツクリームあんみつ(莓)	497	9.3	6.5	102.0	0.16	11月～4月
フルーツクリームあんみつ(若桃)	500	9.2	6.6	102.5	0.16	4月～6月
フルーツクリームあんみつ(さくらんぼ)	496	9.3	6.5	101.7	0.16	6月～7月
莓あんみつ	306	5.3	0.9	70.4	0.04	11月～4月
莓クリームあんみつ	457	8.9	6.5	91.9	0.16	11月～4月
若桃あんみつ	321	4.8	1.3	72.8	0.04	4月～6月
若桃クリームあんみつ	472	8.5	6.9	94.3	0.16	4月～6月
栗クリームあんみつ	561	9.3	6.6	116.5	0.17	9月～11月
ほうじ茶あんみつ	396	7.1	4.4	82.3	0.19	2・8月
さくらあんみつ	391	6.6	4.8	80.7	0.33	3・4月
かぼちゃあんみつ	398	6.8	5.0	81.7	0.26	10月
白玉ぜんざい	387	7.8	2.8	82.3	0.01	
クリーム白玉ぜんざい	537	11.4	8.4	103.8	0.13	
白玉金時	414	9.8	3.3	86.1	0.01	
クリーム白玉金時	565	13.4	8.9	107.6	0.13	
小倉アイス	139	2.0	0.6	31.5	0.13	
抹茶アイス	241	5.5	6.3	40.7	0.22	
さくらアイス	246	4.6	6.4	42.2	0.42	3・4月
ソフトクリーム	226	5.5	8.3	32.2	0.18	コーンを除く
抹茶ジュース	13	1.2	0.2	1.6	0.00	ガムシロップを除く
抹茶フロート	88	3.0	3.0	12.3	0.06	ガムシロップを除く
くずもち	312	5.0	3.6	66.2	0.01	
ところてん	19	1.6	0.1	2.9	1.72	

数値は検査機関での分析値及び「七訂食品成分表」による計算値のいずれかまたは両方を合わせて算出したものです。

みはしメニュー 栄養成分一覧表 (2020.3更新)

店内商品(夏メニュー)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	備考
	kcal/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	
氷イチゴ・メロン	182	0.0	0.0	46.9	0.00	香料・クエン酸を除く
氷クリームイチゴ・メロン	333	3.7	5.6	68.4	0.12	香料・クエン酸を除く
氷ミルク	223	2.0	2.3	50.1	0.10	
氷あずき	358	4.0	1.0	84.7	0.00	
氷白玉あずき	405	5.0	1.1	95.3	0.01	
氷クリームあずき	509	7.7	6.5	106.2	0.12	
氷宇治	414	5.8	1.2	96.4	0.01	
冷やし白玉しるこ	330	6.6	2.5	70.2	0.11	
店内商品(冬メニュー)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	備考
	kcal/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	
田舎しるこ	452	9.7	3.4	94.2	0.11	
御膳しるこ	433	8.3	3.1	91.6	0.11	
あわせんざい	343	8.1	3.1	70.3	0.10	
栗ぜんざい	464	7.9	3.1	100.4	0.01	
金時ぜんざい	454	9.9	3.5	94.6	0.01	
店内商品(トッピングメニュー)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	備考
	kcal/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	g/1人前	
トッピング ソフトクリーム	151	3.7	5.6	21.5	0.12	
トッピング 小倉アイス	97	1.4	0.4	22.1	0.09	
トッピング 抹茶アイス	107	2.5	4.1	15.3	0.15	
トッピング 白玉	47	1.0	0.1	10.5	0.00	
トッピング あんず	47	0.6	0.1	10.9	0.00	

あんみつ具材内訳	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	備考
	kcal/レシピ	g/レシピ	g/レシピ	g/レシピ	g/レシピ	
寒天	3	0.3	0.0	0.8	0.01	125g
こしあん(土産用)	112	2.8	1.0	22.8	0.00	47.5g
こしあん(店内用)	108	2.8	0.5	22.9	0.00	50g
蒸し赤えんどう	19	1.2	0.1	3.3	0.02	13.5g
求肥	34	0.3	0.2	7.9	0.00	14g
みかん	8	0.1	0.0	1.8	0.00	13g
黒みつ	113	0.1	0.0	28.2	0.01	36.8g

数値は検査機関での分析値及び「七訂食品成分表」による計算値のいずれかまたは両方を合わせて算出したものです。