



オリーブの丘 栄養成分値一覧表

※表示の栄養成分値は目安です

No	カテゴリー	メニュー名	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化 物(g)	食塩相 当量(g)
1	月替わり・フェア	冷製ビスクスープ〜やみつきクルトンとご一緒に〜	145	5.1	7.3	14.2	1.2
2	月替わり・フェア	〜冷製カッペリーニ〜赤海老のレモンガーリック	415	19.9	6.1	70.9	4.5
3	月替わり・フェア	モンブラングラニータ	406	4.1	12.6	71.6	0.2
4	月替わり・フェア	【アプリ限定】苺ミルクグラニータ	322	2.6	12.6	50.4	0.1
5	前菜	チーズゼッポリーネ	176	4.7	9.6	16.8	0.8
6	前菜	たっぷりあさりとベーコンのアヒージョ(パケット3コ付)	672	22.5	53.3	23.6	2.5
7	前菜	オリーブの丘 厳選生ハム	57	2.7	5.0	0.3	0.4
8	前菜	オリーブの丘 イタリア産オリーブとパールモッツアレラのカプレーゼ	106	3.3	9.5	2.1	0.5
9	前菜	〜クミン香る〜キャロットラペとパールモッツアレラのブルスケッタ	267	6.3	16.4	23.5	3.1
10	前菜	ハーブマリネポークとレモンのクリームアヒージョ(パケット3コ付)	601	24.7	43.7	33.7	2.8
11	前菜	フレンチフライ(ケチャップ)	435	3.5	30.2	39.9	2.9
12	前菜	〜トリュフ香る〜フレンチフライ	422	3.5	30.4	36.2	2.1
13	前菜	ヤリイカフリット(カラマリフリット)	173	14.0	8.4	10.6	1.1
14	前菜	チキンフリット	359	18.1	27.0	10.9	2.1
15	前菜	モッツアレラフリット	175	5.7	10.6	13.7	1.1
16	前菜	えびとブロッコリーのアヒージョ(パケット3コ付)	620	19.7	49.2	24.8	1.8
17	前菜	ほうれん草のガーリックバターソテー	104	6.0	6.8	7.3	1.0
18	前菜	ブロッコリーのガーリックソテー	102	6.8	6.5	7.4	1.0
19	前菜	あさりの白ワイン蒸し	178	7.3	14.8	1.0	3.1
20	前菜	ムール貝の白ワイン蒸し	340	28.8	19.0	6.0	2.3
21	前菜	ライスコロッケ(アランチーニ)	274	5.0	14.5	29.5	1.5
22	前菜	ソーセージのオープン焼き	330	14.7	27.1	6.7	2.6
23	前菜	フリコのオープン焼き〜モッツアレラチーズとマッシュポテト〜	226	10.7	12.7	17.7	1.5
24	前菜	しらすと葱のブルスケッタ	111	6.0	2.2	16.4	1.0
25	前菜	鮪子産真いわしのマリネ	110	7.9	7.7	4.0	0.3
26	前菜	サーモンのカルパッチョ	118	6.4	9.7	1.5	0.9
27	前菜	ブルスケッタ	140	4.7	0.6	27.6	0.7
28	前菜	ガーリックトースト	235	5.7	8.0	33.6	1.4
29	前菜	トッピング)半熟卵	83	6.8	5.7	0.2	0.2
30	前菜	トッピング)シャキシャキ野菜ソース	34	0.2	3.3	1.4	0.8
31	前菜	トッピング)オリーブの丘特製アイオリソース	196	1.5	20.1	1.9	0.9
32	前菜	トッピング)はちみつ	30	0.0	0.0	8.2	0.0
33	サラダ・スープ	グリーンサラダ	81	1.5	7.0	3.3	0.7
34	サラダ・スープ	シーザーサラダ	194	4.9	16.6	6.7	1.0
35	サラダ・スープ	〜クミン香る〜キャロットラペとハーブポークソースのサラダ	263	5.3	20.4	16.7	3.0
36	サラダ・スープ	【シェア】〜クミン香る〜キャロットラペとハーブポークソースのサラダ	283	5.8	20.4	21.5	3.3
37	サラダ・スープ	イタリア産パールモッツアレラのバルサミコサラダ	215	8.1	18.3	5.0	1.0
38	サラダ・スープ	【シェア】シーザーサラダ	316	5.6	28.7	9.4	1.6
39	サラダ・スープ	コーンポタージュ	107	3.1	4.0	14.4	1.4
40	サラダ・スープ	オニオングラタンスープ	186	9.4	5.9	23.8	3.7
41	サラダ・スープ	丸ごと赤海老の焼きブイヤベース	278	20.6	15.4	12.6	4.1
42	セット	ライス	259	4.4	0.7	56.1	0.0
43	セット	ライス(大)	388	6.7	1.0	84.1	0.0
44	セット	ライス(小)	194	3.3	0.5	42.1	0.0
45	米料理	ポローニャドリア	526	13.9	25.3	58.9	2.5
46	米料理	えびのビスククリームドリア	544	21.8	23.9	59.3	2.8
47	米料理	リゾットフォルマッジ	389	8.8	14.6	53.7	2.8
48	米料理	ドリアカルボナーラ	602	20.3	31.5	56.6	2.5



オリーブの丘 栄養成分値一覧表

※表示の栄養成分値は目安です

No	カテゴリー	メニュー名	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化 物(g)	食塩相 当量(g)
49	米料理	牛肉と焼きトウモロコシのチーズマヨドリア	707	17.1	39.6	68.8	3.5
50	米料理	～ビスク香る～えびのレモンクリームリゾット	430	12.4	14.0	62.1	4.2
51	米料理	丸ごと赤海老のパエリア	382	23.0	9.2	49.5	2.6
52	ピッツア	ピッツア・マルゲリータ	577	23.9	29.6	53.8	2.8
53	ピッツア	ピッツア・ガーリックベーコン	555	27.0	24.8	56.2	3.2
54	ピッツア	ピッツア・チチニエツリリモーネ	594	29.8	27.0	60.3	3.0
55	ピッツア	ピッツア・チチニエツリ・ポモドーロ	585	30.2	26.2	58.5	3.8
56	ピッツア	ピッツア・たっぷりコーンマヨ	721	26.2	39.5	66.5	2.6
57	ピッツア	ピッツア・クワトロフォルマッジ	660	27.8	31.6	66.6	2.9
58	ピッツア	ピッツア・ハーブマリネポーク	737	33.7	43.3	56.5	3.5
59	ピッツア	ピッツア・サーモンマヨ	761	31.9	45.1	57.4	3.0
60	ピッツア	ミニピッツア・マルゲリータ	205	10.8	9.0	20.2	1.3
61	ピッツア	ミニピッツア・ガーリックベーコン	247	12.8	12.3	21.4	1.5
62	ピッツア	ミニピッツア・たっぷりコーンマヨ	322	12.0	18.9	26.6	1.1
63	パスタ	～オリーブの丘～イタリア産オリーブとたっぷり野菜の菜園風	522	14.8	18.2	74.8	3.5
64	パスタ	モッツアレラとベーコンのボロネーゼ	656	28.0	28.5	71.1	2.9
65	パスタ	焼き茄子とベーコンのトマトソース	498	14.5	16.1	73.4	2.9
66	パスタ	アラビアータ	579	14.6	25.3	71.6	3.1
67	パスタ	モッツアマト	563	21.5	20.4	71.9	3.8
68	パスタ	ダブルモッツアレラのトマトソース	667	30.3	27.7	72.9	4.3
69	パスタ	イタリア産リコッタとハーブマリネポークのアラビアータ	607	24.2	24.3	74.6	3.7
70	パスタ	ボロネーゼ	531	18.5	19.1	70.1	2.2
71	パスタ	えびとベーコンのレモンカルボナーラ	625	22.2	26.3	75.1	3.3
72	パスタ	サーモンとほうれん草のクリームソース	593	21.6	25.3	69.4	2.8
73	パスタ	カルボナーラ	580	17.5	26.1	68.5	2.8
74	パスタ	アーリオオーリオ・ペペロンチーノ	492	12.8	20.6	64.4	2.2
75	パスタ	ボンゴレビアンコ	562	22.2	22.6	64.4	4.9
76	パスタ	えびとほうれん草のトマトペペロンチーノ	494	16.5	17.9	67.6	2.5
77	パスタ	あさりとほうれん草のバター醤油	480	18.1	15.4	66.3	2.1
78	パスタ	ベーコンと焼き茄子の醤油ソース	455	13.4	14.4	67.3	2.1
79	パスタ	しらすと葱のジンジャーカルボ	511	18.0	17.6	69.1	3.3
80	パスタ	牛肉と葱のガーリック醤油	508	16.7	16.2	74.5	2.9
81	パスタ	えびのビスククリームソース(ガンベレッティ)	523	18.6	18.0	71.6	3.4
82	パスタ	明太子クリーム	560	21.7	21.0	71.4	4.0
83	パスタ	明太子	453	15.7	14.8	64.8	2.3
84	パスタ	イカ墨(ネーロ)	458	16.6	14.2	65.7	2.2
85	パスタ	ペンネ アラビアータ	511	12.2	25.5	55.6	3.3
86	パスタ	ペンネ えびのビスククリームソース(ガンベレッティ)	457	16.1	18.2	54.2	3.9
87	パスタ	ペンネ ボロネーゼ	464	16.0	19.3	52.7	2.7
88	パスタ	ペンネ 焼き茄子とベーコンのトマトソース	431	12.1	16.3	56.0	3.3
89	パスタ	ペンネ ゴルゴンゾーラクリーム	457	16.5	19.3	51.2	3.4
90	肉料理	やわらか牛肉のビーフシチュー	288	11.9	14.8	26.1	2.8
91	肉料理	ハーブ香る豚のボルケッタ～ペッパー&バルサミコソース～	597	16.1	49.8	16.9	2.8
92	肉料理	ミラノ風カツレツ～デミグラス&ホワイトソース～	667	20.9	36.0	63.5	3.1
93	肉料理	ミラノ風カツレツ トマトチーズ～ピッツァ職人風～	593	20.8	29.2	60.0	3.4
94	肉料理	デミグラスハンバーグ	390	21.7	24.5	18.0	2.4
95	肉料理	チーズトマトハンバーグ	455	26.3	29.0	19.0	3.2
96	肉料理	チキンのオープン焼き	409	31.8	26.5	6.9	2.5



オリーブの丘 栄養成分値一覧表

※表示の栄養成分値は目安です

No	カテゴリー	メニュー名	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化 物(g)	食塩相 当量(g)
97	肉料理	チキンのオープン焼き～シャキシャキ野菜ソース～	455	32.2	29.8	10.4	3.6
98	キッズ	キッズプレート(ドリンクバー除く)	549	24.2	29.3	46.4	2.5
99	キッズ	キッズカレー(ドリンクバー除く)	462	16.3	22.9	47.5	2.9
100	キッズ	キッズカルボナーラ(ドリンクバー除く)	579	17.4	26.1	68.3	2.8
101	キッズ	キッズモッツアトマト(ドリンクバー除く)	563	22.1	20.8	71.8	3.6
102	キッズ	キッズポロネーゼ(ドリンクバー除く)	531	18.5	19.1	70.1	2.2
103	キッズ	キッズ明太子(ドリンクバー除く)	453	15.7	14.8	64.7	2.3
104	デザート	ロイヤルミルクティーグラニータ&パンナコッタ	110	2.6	4.1	15.8	0.1
105	デザート	デリツィア・アル・リモーネ～トルタパラディーゾとヨーグルト～	207	2.8	8.8	30.1	0.1
106	デザート	オリーブの丘プリン	222	6.5	8.2	30.3	0.2
107	デザート	ティラミス	177	2.5	10.6	17.2	0.1
108	デザート	レモンキャラメルバスクチーズケーキ	364	4.2	23.2	34.3	0.3
109	デザート	ショコラケーキ～自家製レモンコンポート添え～	341	4.5	19.5	37.3	0.1
110	デザート	窯焼きパン・プディング～バニラジェラートのせ～	413	12.0	16.3	53.5	0.7
111	デザート	自家製レモンコンフィチュール	100	0.2	0.1	25.7	0.0
112	デザート	しぼりたて オリーブの丘モンブラン	474	10.3	12.6	81.7	0.3
113	デザート	2種ジェラート～バニラ&いちご～	148	1.7	6.8	20.1	0.1
114	デザート	2種ジェラート～バニラ&チョコ～	187	2.9	10.1	21.3	0.1
115	デザート	2種ジェラート～チョコレート&いちご～	140	1.8	4.7	22.6	0.1
116	デザート	ジェラート バニラ(ダブル)	215	3.2	13.0	21.4	0.1
117	デザート	ジェラート チョコ(ダブル)	159	2.7	7.1	21.1	0.1
118	デザート	ジェラート いちご(ダブル)	81	0.2	0.5	18.7	0.0
119	デザート	蜂蜜ナッツ(付け合わせ)	85	1.8	6.5	5.4	0.0
120	ランチ	ミラノ風カツレツ トマトチーズ～ピッツァ職人風～	593	20.8	29.2	60.0	3.4
121	ランチ	えびとブロッコリーの明太クリームドリア	554	23.3	24.0	60.8	3.7
122	ランチ	たっぷりソースのえびのビスクリューミーカルボナーラ	536	22.7	17.2	72.3	3.4
123	ランチ	ハーブマリネポークのたっぷりミートソース	624	26.6	26.8	71.2	2.4
124	ランチ	～オリーブの丘～海の幸トマトソース	604	22.3	24.7	72.7	4.8
125	ランチ	ほうれん草とベーコンのモッツアトマト	586	23.4	22.6	72.7	3.8
126	ランチ	ごろごろチキンのレモンバター醤油	606	26.0	24.0	71.7	3.0
127	ランチ	しらす明太子	494	20.7	16.8	64.7	2.7
128	ランチ	デミたまハンバーグ	477	28.4	30.2	18.9	2.5
129	ランチ	チーズトマトハンバーグ	461	26.4	29.1	20.7	3.2
130	ランチ	チキンのオープン焼き	412	31.7	26.6	7.6	2.5
131	ランチ	チキンのオープン焼き～シャキシャキ野菜ソース～	460	32.4	29.9	11.4	3.6
132	ランチ	ランチ)ミニピッツァ・マルゲリータ	205	10.8	9.0	20.4	1.2
133	ランチ	ランチ)ライス	259	4.4	0.7	56.1	0.0
134	ランチ	ランチ)サラダ	52	0.4	4.6	2.4	0.5
135	ランチ	ランチ)ブルスケッタ	140	4.7	0.6	27.6	0.7
136	モーニング	カスクートサンド ～チキンレモンクリーム～	382	15.8	17.3	39.7	2.0
137	モーニング	パニーニ～スピナッチ～	325	10.0	19.3	30.1	1.9
138	モーニング	カスクートサンド ～コーン&マヨ～	348	11.0	16.0	39.0	1.5
139	モーニング	オープンカスクート～トマト&ベーコン～	443	24.4	21.2	36.4	2.6
140	モーニング	オープンカスクート～クロックムッシュ風～	525	21.8	29.0	42.0	2.5
141	モーニング	モーニングピッツァ ～3種チーズ～	458	19.6	18.3	54.3	2.2
142	モーニング	モーニングピッツァ ～ビスマルク風～	481	22.8	18.9	53.5	3.0
143	モーニング	窯焼きパンプディング～バニラジェラートのせ～	413	12.0	16.3	53.5	0.7
144	モーニング	モーニング)ヨーグルト	38	1.9	1.3	4.6	0.1



オリーブの丘 栄養成分値一覧表

※表示の栄養成分値は目安です

No	カテゴリー	メニュー名	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化 物(g)	食塩相 当量(g)
145	モーニング	モーニング) サラダ	34	0.2	3.1	1.4	0.3
146	持ち帰り 前菜	フレンチフライ(ケチャップ)	435	3.5	30.2	39.9	2.9
147	持ち帰り 前菜	ほうれん草のガーリックバターソテー	104	6.0	6.8	7.3	1.0
148	持ち帰り 前菜	ブロッコリーのガーリックソテー	102	6.8	6.5	7.4	1.0
149	持ち帰り 前菜	ライスコロッセ(アランチーニ)	274	5.0	14.5	29.5	1.5
150	持ち帰り 前菜	あさりの白ワイン蒸し	178	7.3	14.8	1.0	3.1
151	持ち帰り 前菜	ムール貝の白ワイン蒸し	340	28.8	19.0	6.0	2.3
152	持ち帰り 前菜	ガーリックトースト	235	5.7	8.0	33.6	1.4
153	持ち帰り 前菜	チーズゼッポリーネ	176	4.7	9.6	16.8	0.8
154	持ち帰り 前菜	ハーブ香る豚のボルケッタ〜ペッパー&バルサミコソース〜	597	16.1	49.8	16.9	2.8
155	持ち帰り 前菜	チキンフリット	359	18.1	27.0	10.9	2.1
156	持ち帰り 前菜	トッピング)半熟卵	83	6.8	5.7	0.2	0.2
157	持ち帰り 前菜	トッピング)オリーブの丘特製アイオリソース	196	1.5	20.1	1.9	0.9
158	持ち帰り ピッツァ	ピッツァ・マルゲリータ	577	23.9	29.6	53.8	2.8
159	持ち帰り ピッツァ	ピッツァ・たっぶりコーンマヨ	691	25.3	39.0	60.7	2.6
160	持ち帰り ピッツァ	ピッツァ・クワトロフォルマッジ	640	27.8	31.6	62.3	2.9
161	持ち帰り ピッツァ	ピッツァ・ハーブマリネポーク	737	33.7	43.3	56.5	3.5
162	持ち帰り ピッツァ	ピッツァ・ガーリックベーコン	555	27.0	24.8	56.2	3.2
163	持ち帰り ピッツァ	ピッツァ・サーモンマヨ	761	31.9	45.1	57.4	3.0
164	持ち帰り パスタ	モッツアレラとベーコンのボロネーゼ	656	28.0	28.5	71.1	2.9
165	持ち帰り パスタ	モッツァトマト	563	21.5	20.4	71.9	3.8
166	持ち帰り パスタ	ダブルモッツアレラのトマトソース	667	30.3	27.7	72.9	4.3
167	持ち帰り パスタ	サーモンとほうれん草のクリームソース	592	21.4	25.3	69.2	2.8
168	持ち帰り パスタ	ボンゴレピアンコ	562	22.2	22.6	64.4	4.9
169	持ち帰り パスタ	えびとほうれん草のトマトペペロンチーノ	494	16.5	17.9	67.6	2.5
170	持ち帰り パスタ	えびのビスククリームソース(ガンベレッティ)	523	18.6	18.0	71.6	3.4
171	持ち帰り パスタ	イカ墨(ネーロ)	458	16.6	14.2	65.7	2.2
172	持ち帰り パスタ	ペンネ アラビアータ	512	12.2	25.5	54.3	3.6
173	持ち帰り パスタ	ペンネ ゴルゴンゾーラクリーム	457	16.5	19.3	51.2	3.4
174	持ち帰り モーニング	単品 カスクートサンド ~チキンレモンクリーム~	382	15.8	17.3	39.7	2.0
175	持ち帰り モーニング	単品 パニーニ〜スピナッチ〜	325	10.0	19.3	30.1	1.9
176	持ち帰り モーニング	単品 カスクートサンド〜コーン&マヨ〜	348	11.0	16.0	39.0	1.5
177	持ち帰り ドルチェ	web注文限定 ショコラケーキ	259	4.3	16.9	22.5	0.1
178	持ち帰り ドルチェ	web注文限定 パスクチーズケーキ	268	3.9	20.6	15.8	0.3