

～ デニーズ de モーニング 1日のスタートは朝食から！ ～
キーワードはバランス！新しいモーニングメニューが10月8日登場します。

デニーズ（株式会社セブン&アイ・フードシステムズ 東京都千代田区二番町8-8）では、2009年10月8日（木）よりモーニングの時間帯に、バランスの良い新メニュー2品を販売致します。

モーニング新メニュー ご紹介

9月10日より販売、大変ご好評を頂いている【たっぷり野菜と18穀のスープごはん】
 (246kcal、たんぱく質 6.3g / 脂質 4.4g / 炭水化物 46.3g / 塩分 2.6g)
 に続き、バランスの良い食事をテーマにおいた新モーニングメニューは、
【18穀ごはんのワンプレートモーニング】と【エッグサンド&フルーツヨーグルト】
 の2品です。



朝しっかり食べなきゃ！デニーズの朝ごはん

【18穀ごはんのワンプレートモーニング】 400円(税込)

やっぱり朝はお米！と云う方に、オススメしたいメニューです。
 18穀をご飯にプラスし、ドレッシングにも工夫したフレッシュサラダを添えしめじ、長ねぎ、スクランブルエッグは、ご飯にあうように和風だしで仕上げました。
 ちょっとオシャレなカフェごはんをイメージしたモーニングメニュー。
 でもエネルギーは、驚きの485kcal、お値段もワンコインでおつりがくる400円(税込)。
 もちろん、エネルギーだけでなく、理想的なPFC比のバランス(*1)を目指した朝ごはんです。



(たんぱく質 14.5g / 脂質 14.43g / 炭水化物 72.1g / 塩分 1.5g)

朝は手軽に！でもバランス良く！

【エッグサンド&フルーツヨーグルト】 400円(税込)

パンにヨーグルト...そんな朝食はいかがでしょう？
 卵&トマトソースをサンドしたトーストに、フレッシュ野菜のサラダ。
 食後には、フレッシュフルーツをたくさん入れたヨーグルトが付きます。
 こちらもエネルギーは、驚きの564kcal、お値段もワンコインでおつりがくる400円(税込)。
 こちらも、洋食スタイルで理想的なPFC比のバランス(*1)を目指したメニューです。



(たんぱく質 19.3g / 脂質 15.7g / 炭水化物 87.3g / 塩分 2g)



【ベジスープ】

と一緒に野菜がたくさんとれるベジスープ(セット価格250円、単品280円税込)を用意、どちらのメニューもセット価格で一緒にお召し上がり頂けます。

(*1)PFC比のバランス

PFC(ピー・エフ・シー)比のバランスとは、食事の三大栄養素であるたんぱく質・脂質・炭水化物のエネルギーバランスのことです。

デニーズの栄養成分計算方法は五訂増補日本食品標準成分表と一部実測値を用い、計算しています。

表示の加減は食材・調理状況により誤差が生じる場合があります。目安の数値としてお考えください。

モーニングメニューは、平日・土日祝日もAM6:00～AM11:00の販売となります。

一部ご紹介したメニューを取り扱わない店舗がございます。ご了承ください。