

レフボン アイテムリスト・栄養成分・アレルギー（2026年1月22日時点）

商品名	本体価格(円)	税込価格(円)	エネルギー(kcal/個)	タンパク質(g/個)	脂質(g/個)	炭水化物(g/個)	食塩相当(g/個)	アレルギー相当	店舗限定
ホテルブレッド1本	780	842	1840	53	42	316	7	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ホテルブレッド1/2本	390	421	920	27	21	158	3.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ホテルブレッド1/4本	200	216	460	14	11	79	1.8	小麦, 卵, 乳, 大豆	
お米ロール	120	130	132	6	4	19	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
くるみばん	180	194	305	8	14	39	0.9	小麦, 卵, 乳, 大豆, くるみ	
道産小麦のソフト塩パン	140	151	228	5	12	26	0.8	小麦, 卵, 乳, 大豆	
レーズンブレッド	280	302	535	13	10	102	1.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
お米ロール（3個入り）	360	389	394	17	11	58	1.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
道産小麦のソフト塩パン（3個入り）	420	454	682	13	36	78	2.3	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ごま塩パン	170	184	248	6	13	29	0.8	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま	
湯種仕込みのふわもち食パン ひよ1本	720	778	1819	54	29	339	8.5	小麦, 乳, 大豆	
湯種仕込みのふわもち食パン ひよ1/2本	360	389	910	27	15	170	4.3	小麦, 乳, 大豆	
湯種仕込みのふわもち食パン ひよ1/4本	190	205	455	14	8	85	2.2	小麦, 乳, 大豆	
道産小麦のもちもちざりパン	190	205	403	12	10	69	1.6	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ミニくるみばん	90	97	153	4	7	20	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, くるみ	アモール店
ミニレーズン	68	73	134	4	3	26	0.4	小麦, 卵, 乳, 大豆	アモール店
バゲット	280	302	508	18	3	103	2.9	小麦, 乳	
ハーフバゲット	140	151	254	9	1	51	1.5	小麦, 乳	
ミルクボール	150	162	212	5	7	32	0.8	小麦, 乳, 大豆	
アルデンス	190	205	279	7	11	38	1.2	小麦, 乳	
ペーコンエビ	260	281	315	11	7	52	1.9	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉	
醤油ペーコン	300	324	317	12	7	52	2.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉, さば	
フランスサンドポテ	240	259	301	7	15	35	1.6	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉, りんご	
セサミカンパール	290	313	512	15	23	63	2.2	小麦, 乳, ごま	
くるみとレーズンの田舎パン	590	637	992	25	28	161	3	小麦, 乳, くるみ	
くるみとチーズのカンパニユ	560	605	921	24	48	100	3.4	小麦, 乳, くるみ	
くるみとレーズンの田舎パン1/2	300	324	496	13	14	80	1.5	小麦, 乳, くるみ	
くるみとチーズのカンパニユ1/2	280	302	461	12	24	50	1.7	小麦, 乳, くるみ	
くるみとレーズンの田舎パンお試し	150	162	250	6	7	40	0.8	小麦, 乳, くるみ	
とろりんチーズフランス	300	324	315	10	17	29	2	小麦, 卵, 乳	
めんたいフランス	200	216	247	7	12	27	1.8	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご	
青森県産にんにくのガーリックフランス	250	270	374	9	14	52	1.8	小麦, 乳, 大豆	
道産さつまいものリュスティック	220	238	256	5	8	40	0.9	小麦, 乳, ごま	
sioパン	150	162	211	4	10	25	1	小麦, 乳, 大豆	山の手店
sioパン（抹茶）	250	270	417	6	24	44	1	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン	山の手店
sioパン（明太）	250	270	303	7	19	26	1.9	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご	山の手店
sioパン（マヌル）	250	270	358	6	24	30	1.3	小麦, 乳, 大豆	山の手店
さつまいも塩バターロール	190	205	266	5	11	37	1.7	小麦, 乳, 大豆, ごま	湯の川店
極み塩パン	160	173	212	4	10	25	1	小麦, 乳, 大豆	
極み塩パン（3個入り）	480	518	635	13	31	75	3	小麦, 乳, 大豆	
醤油ペーコンチャバタ	250	270	191	10	6	24	1.4	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま, 豚肉, さば	平岡店
キッシュ風リュスティック	450	486	396	23	14	45	2.4	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉, さば	平岡店
チキンとひまわりの元氣パン	190	205	219	10	9	25	1	小麦, 卵, 乳, 大豆, 鶏肉, りんご	シーナ店
懐かしいのピーナツクリーム	170	184	357	11	10	58	1.2	小麦, 卵, 乳, 落花生, 大豆	
ロイヤルミルク	240	259	467	8	24	56	1.1	小麦, 卵, 乳, 大豆	
塩あんぱん	180	194	235	5	9	34	0.7	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま	
十勝あずきのあんドーナツ（つぶ）	180	194	291	6	9	48	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	
クリームドーナツ	180	194	269	5	12	38	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	
ツイストドーナツ	130	140	194	4	9	27	0.4	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	
十勝あずきのあんドーナツ（こし）	180	194	291	6	9	49	0.4	小麦, 卵, 乳, 大豆	
もちもちドーナツ醤油	110	119	130	2	6	16	0.7	小麦, 卵, 乳, 大豆, さば	
もちもちドーナツ醤油（3個入り）	330	356	390	5	19	49	2.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, さば	
給食揚げぱん（きなこ）	110	119	172	5	8	24	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	湯の川店
北の大地の極うまカレー	180	194	255	6	11	35	0.9	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉, 牛肉, りんご	
ミニリングドーナツ	100	108	153	3	6	23	0.4	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン	アモール店
もちもちドーナツ（シュガー）	110	119	136	2	6	18	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	石川店
もちもちドーナツ（シュガー）3個入	330	356	408	5	19	54	1.6	小麦, 卵, 乳, 大豆	石川店
スコーンドーナツ	80	86	131	2	7	14	0.3	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	山の手店
スコーンドーナツ（チョコ）	100	108	124	2	7	13	0.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	山の手店
スコーンドーナツ（抹茶）	100	108	130	2	7	14	0.3	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	山の手店
ざくざくピロシキ	200	216	247	7	10	32	1	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉, 牛肉	忠和店
スコーンドーナツ（スイートポテト）	100	108	128	2	7	14	0.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	山の手店
スコーンドーナツ（はちみつバター）	100	108	128	1	7	15	0.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	山の手店
スコーンドーナツ（紅茶）	100	108	127	2	7	14	0.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, 牛肉	山の手店
ホロホロポークのカレーパン	300	324	259	8	10	35	1.4	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま, 鶏肉, 豚肉, 牛肉, パナナ	富良野店・倶知安店
ミニクロワッサン	90	97	71	1	4	8	0.1	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ミニクロワッサン（3個入り）	270	292	211	3	11	24	0.4	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ロールデニッシュ	280	302	426	9	19	56	1.3	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ミニデニッシュ	100	108	149	3	7	20	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	アモール店
北の香りのクロワッサン	190	205	222	3	14	23	0.7	小麦, 乳, 大豆	
14時のアップルパイ	350	378	320	3	18	37	0.3	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン, りんご	
トーストエッグサンド2個	250	270	406	12	16	55	2	小麦, 卵, 乳, 大豆	
シュガートースト	150	162	338	7	13	50	1	小麦, 卵, 乳, 大豆	
シナモンシュガートースト	150	162	326	7	11	53	1.2	小麦, 乳, 大豆	
クロックムッシュ	240	259	261	10	10	34	1.6	小麦, 卵, 乳, 大豆, 鶏肉, 豚肉	
フレンチトースト	230	248	208	6	7	31	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	JR釧路店
スコーン	240	259	322	5	17	35	0.9	小麦, 卵, 乳, 大豆	山の手店
スコーン（チョコ）	260	281	299	5	17	32	0.7	小麦, 卵, 乳, 大豆	山の手店
スコーン（抹茶）	260	281	320	5	17	36	0.8	小麦, 卵, 乳, 大豆	山の手店
スコーン（スイートポテト）	260	281	328	5	17	38	0.8	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま	山の手店
スコーン（はちみつバター）	260	281	338	5	16	42	0.7	小麦, 卵, 乳, 大豆	山の手店
スコーン（紅茶）	280	302	334	6	18	36	0.8	小麦, 卵, 乳, 大豆	山の手店
トーストサンド（三元豚ロースカツ）	580	626	638	27	26	74	2.9	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン, 鶏肉, 豚肉, 牛肉, りんご	
サクサと衣のフライドチキン	290	313	507	16	33	40	1.9	小麦, 卵, 乳, 大豆, 鶏肉, りんご	
極旨メンチカツバーガー	290	313	519	17	29	49	1.8	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン, 鶏肉, 豚肉, 牛肉, もも, りんご	
レフボンバーガー（フライドチキン）	350	378	471	15	30	38	1.7	小麦, 卵, 乳, 大豆, 鶏肉, りんご	
レフボンバーガー（エビカツ）	350	378	365	11	19	40	1.6	小麦, 卵, 乳, エビ, 大豆	
焼きそばツグ	180	194	288	7	12	40	1.7	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま, 鶏肉, 豚肉, もも, りんご	
タマゴツグ	180	194	287	8	17	27	1.6	小麦, 卵, 乳, 大豆	
旭川しょうゆ焼きそば	280	302	331	9	7	55	2.3	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご, さば	旭川・稚内・名寄・留萌・富良野・滝川の店舗
レザンパール	250	270	464	13	2	100	1.9	小麦, 乳	
sioパン（あんバター）	250	270	360	6	19	40	1.1	小麦, 乳, 大豆	山の手店
sioパン（スイートポテト）	250	270	326	5	16	41	1	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま, ゼラチン	山の手店
ウインナーロール	220	238	288	9	18	23	1.4	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン, 豚肉, りんご	
マリーチーズ	170	184	298	8	16	33	1.3	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご	
枝豆ベッパのチーズプレート	250	270	440	13	22	50	1.9	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご	
七味と黒胡椒のチーズパン	240	259	365	10	20	38	1.6	小麦, 卵, 乳, 大豆, ごま, りんご	
ハムロール（たまご）	160	173	219	7	12	23	1.4	小麦, 卵, 乳, 大豆, 鶏肉, 豚肉, りんご	
ハムロール（トマトチーズ）	160	173	197	7	9	23	1.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, 鶏肉, 豚肉, りんご	
じゃがバター	180	194	220	5	10	30	1	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉, りんご	
ひよりのマルグリータ風ピザ	260	281	314	11	12	43	1.4	小麦, 乳, 大豆	
玉ねぎ畑のこんがりチーズ	260	281	402	12	22	41	1.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご	
サラミと野菜のひよりピザ	260	281	310	11	10	45	1.8	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉	
たまごロパン	230	248	320	8	18	35	1.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉, りんご, さば	
マヨツグ	130	140	276	5	19	24	1	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご	
十勝たっぷりコーン	220	238	339	6	23	29	1.2	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご, さば	
ミニウインナー	120	130	111	4	7	11	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン, 豚肉, りんご	アモール店
チーズたっぷり！アスパラパン	350	378	305	11	16	28	1.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, 豚肉	美幌店
十勝まめパン	150	162	264	7	5	50	0.4	小麦, 卵, 乳, 大豆	
シナモンアップル	240	259	329	6	12	51	0.6	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご, アーモンド	
チョココロネ	180	194	273	5	11	40	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
シナモンロール	280	302	300	6	15	37	0.8	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン	
ホイップチョコ	180	194	267	5	13	35	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
ラムレーズンカスター	180	194	241	6	10	35	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン	
とろけるクリームパン	230	248	251	6	10	36	0.6	小麦, 卵, 乳, 大豆, ゼラチン	
まあるいシマエナガ	150	162	172	4	5	27	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
しろくまぱん	160	173	259	6	8	41	0.8	小麦, 卵, 乳, 大豆	
発酵バター香る×ロパン	180	194	277	6	8	48	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	
北海道あずきとさつまいもの豆パン	170	184	227	5	3	45	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆	湯の川店
あんぱんサンド	230	248	317	5	19	33	0.9	小麦, 卵, 乳, 大豆	美幌店
美高バスカッパチョコロール	250	270	252	5	9	39	0.5	小麦, 卵, 乳, 大豆, りんご	美幌店

※2026年1月22日時点でのメニュー情報です。  
※予告なく商品の販売が休止、終了することがございます。  
※店舗によって取扱のない場合がございます。  
※一部店舗では、価格が異なる場合がございます。