

# ボックスセット Box Set

- ・サラダと一緒に選びいただけます
- ・雑穀米をサラダに変更できます(-200kcal)



**Diet** 525kcal  
-ダイエットセット- タンパク質 57g  
むね肉 100g[選べるソース]  
+  
ささみ 100g[選べるソース]  
**8 ¥1,450**(税込¥1,566)

**Power** 775kcal  
-パワーアップセット- タンパク質 58g  
もも肉 100g[生醤油味]  
+  
もも肉 100g[ピリ辛風味]  
**9 ¥1,580**(税込¥1,706)

**Athlete** 650kcal  
-アスリートセット- タンパク質 57g  
もも肉 100g[生醤油味]  
+  
むね肉 100g[選べるソース]  
**7 ¥1,450**(税込¥1,566)

**Sauce** 選べるソース  
むね肉・ささみのソースをこちらからお選び下さい。  
和風オニオンソース  
中華パンパンソース  
トマトソース  
イタリアンパセリソース  
ピンク岩塩  
マスタード

※イタリアンパセリソース ¥30 (税込¥32)

**1 Basic** (生醤油味)  
-ベーシックセット-  
100g 530kcal タンパク質 33g  
**¥1,080**(税込¥1,166)  
150g 650kcal タンパク質 45.5g  
**¥1,350**(税込¥1,458)  
200g 770kcal タンパク質 58g  
**¥1,580**(税込¥1,706)

**2 Spicy**  
-スパイシーセット-  
100g 535kcal タンパク質 33g  
**¥1,080**(税込¥1,166)  
150g 655kcal タンパク質 45.5g  
**¥1,350**(税込¥1,458)  
200g 780kcal タンパク質 58g  
**¥1,580**(税込¥1,706)

**3 Garlic**  
-ガーリックセット-  
100g 540kcal タンパク質 33g  
**¥1,080**(税込¥1,166)  
150g 665kcal タンパク質 45.5g  
**¥1,350**(税込¥1,458)  
200g 790kcal タンパク質 58g  
**¥1,580**(税込¥1,706)

**4 Green curry**  
-グリーンカレーセット-  
100g 537kcal タンパク質 33g  
**¥1,080**(税込¥1,166)  
150g 658kcal タンパク質 45.5g  
**¥1,350**(税込¥1,458)  
200g 785kcal タンパク質 58g  
**¥1,580**(税込¥1,706)

**5 Chicken Breast**  
-むね肉セット-  
100g 410kcal タンパク質 32g  
**¥1,080**(税込¥1,166)  
150g 470kcal タンパク質 44g  
**¥1,320**(税込¥1,425)  
200g 530kcal タンパク質 56g  
**¥1,520**(税込¥1,641)

**6 Chicken Tenderloin**  
-ささみセット-  
100g 405kcal タンパク質 33g  
**¥1,080**(税込¥1,166)  
150g 463kcal タンパク質 45.5g  
**¥1,340**(税込¥1,447)  
200g 520kcal タンパク質 58g  
**¥1,550**(税込¥1,674)

## Chicken チキン単品 S 100g (1人用) M 200g (2~3人用) L 300g (3~4人用)



|                    |                    |                    |                    |                    |                    |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| S ¥500(税込¥540)     | S ¥500(税込¥540)     | S ¥500(税込¥540)     | S ¥500(税込¥540)     | S ¥440(税込¥475)     | S ¥470(税込¥507)     |
| M ¥985(税込¥1,063)   | M ¥985(税込¥1,063)   | M ¥985(税込¥1,063)   | M ¥985(税込¥1,063)   | M ¥860(税込¥928)     | M ¥920(税込¥993)     |
| L ¥1,440(税込¥1,555) | L ¥1,440(税込¥1,555) | L ¥1,440(税込¥1,555) | L ¥1,440(税込¥1,555) | L ¥1,260(税込¥1,360) | L ¥1,370(税込¥1,479) |

## Salad サラダ

B. ブロッコリーと  
きのこの塩麹サラダ 115kcal  
**¥450**(税込¥486)  
C. ブロッコリーと  
卵のツナサラダ 159kcal  
**¥450**(税込¥486)  
D. かぼちゃのハニー  
マスタード和え 179kcal  
**¥450**(税込¥486)

A. グリーンサラダ 50kcal  
**¥480**(税込¥518)

## Soup スープ

スープは日替わりとなっております。当日のご用意はスタッフまでお問い合わせ下さい。

ほうれん草のポタージュ 100ml 相当 61kcal  
濃厚きのこのポタージュ 100ml 相当 129kcal  
150ml **¥580**(税込¥626) 150ml **¥580**(税込¥626)

## Rice ライス

雑穀米 追加単品 233kcal  
Box 雑穀米 200kcal  
200g **¥300**(税込¥324)

## Egg ゆで卵

【1個あたり】  
91kcal タンパク質 7.7g  
【白身のみ】  
18kcal タンパク質 4g  
1個 **¥130**(税込¥140)

## パーティーセット Party Set



Chicken Basic (220g)  
Chicken Spicy (220g)  
Chicken Breast (200g)  
グリーンサラダ (70g)  
ツナとブロッコリーのサラダ (180g)  
かぼちゃのサラダ (180g)  
**¥5,000**  
(税込¥5,400)

## デザート Dessert

Baked Sweet Potato  
熱成やきいも  
100g 相当 163kcal 糖質 36g  
100g **¥400**(税込¥432)

Low Carb Yukan  
低糖質こしようかん  
1個 (90g) 60kcal 糖質 8.4g  
1個 **¥170**(税込¥183)

## ドリンク Drink

サントリー  
黒烏龍茶  
350ml **¥180**(税込¥194)  
天然アルカリイオン水  
温泉水 99  
500ml **¥180**(税込¥194)  
北海道産  
あずき美人茶  
500ml **¥180**(税込¥194)

※当店の商品はお客様のお好みに応じてアレンジする事が出来ます。  
※表記されているカロリー数、タンパク質量(当社調べによる)は、お客様が選択した組合せパターンにより異なります。  
~ Chicken Works は **Healthy・Low Calorie** をテーマに **油を一切使わない、高タンパク低脂肪** なチキンを提供しております~