

ケンタッキーフライドチキン 栄養成分表 1/4

2025/8/20現在

※栄養成分表の数値は配合に基づいた標準値です。

ひとつひとつ手作りしている商品が多いため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますのでご了承ください。

- = 未分析、0 = 0 又は微量

	可食部 平均 重量 (g)	エネル ギー (kcal)	たんぱ く質 (g)	脂質 (g)	炭水化 物 (g)	灰分 (g)	ミネラル					ビタミン					食物 繊維 総量 (g)	食塩 相当量 (g)			
							ナトリ ウム (mg)	カリウ ム (mg)	カルシ ウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	A			B ₁ (mg)	B ₂ (mg)			ナイア シン (mg)	C (mg)	
												レチ ノール (μg)	β-加 コリン 当量 (μg)	レチノール 活性 当量 (μg)							
(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)		
オリジナルチキン	87	218	16.5	12.8	9.1	2.3	585	318	15	193	0.6	44	26	48	0.09	0.48	5.7	4	0.4	1.5	
レッドホットチキン	90	247	17.5	15.2	10.1	1.9	470	302	10	174	0.4	30	227	49	0.09	0.09	9.9	2	0.5	1.2	
骨なしケンタッキー	83	191	20.3	8.5	8.3	2.3	665	277	12	164	0.4	14	4	14	0.11	0.10	8.5	2	0.3	1.7	
カーネルクリスピー	42	119	6.8	6.6	8.2	1.1	229	99	73	75	0.1	2	3	2	0.04	0.03	3.0	1	0.3	0.6	
ナゲット 5ピース	94	222	13.3	13.4	11.8	2.1	589	211	8	125	0.2	15	21	17	0.11	0.11	6.6	2	0.3	1.5	
(ケチャップ)	9	11	0.1	0.0	2.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2
チキンフィレバーガー	161	398	24.3	19.7	31.1	3.3	969	365	23	208	0.9	15	54	20	0.19	0.13	9.2	3	1.7	2.4	
辛口チキンフィレバーガー	161	384	24.4	17.8	31.9	3.5	1027	376	24	209	0.9	15	74	21	0.20	0.13	9.3	3	1.8	2.6	
チーズチキンフィレバーガー	178	468	26.8	25.8	32.1	4.0	1179	374	97	258	0.9	52	86	59	0.20	0.18	9.2	3	1.7	2.9	
ダブルチキンフィレバーガー	248	615	44.6	30.7	40.0	5.8	1684	643	35	372	1.3	29	58	34	0.31	0.24	17.7	6	2.0	4.2	
チキン南蛮フィレバーガー	181	429	25.2	20.0	36.9	3.9	1187	372	25	219	0.9	19	29	21	0.19	0.16	9.3	3	1.7	3.0	
ねぎ塩レモンチキンフィレバーガー	181	445	24.7	22.4	36.2	4.0	1225	385	26	214	0.9	17	56	22	0.20	0.14	9.3	4	1.9	3.1	
とろ〜り月見チーズフィレバーガー	220	481	30.4	24.0	35.8	4.4	1327	418	99	335	0.9	52	85	59	0.20	0.30	9.3	3	1.7	3.3	
和風チキンカツバーガー	165	426	16.0	22.3	40.5	2.7	773	287	26	163	0.8	7	11	8	0.13	0.09	6.1	10	2.1	2.0	
とろ〜り月見和風カツバーガータマゴたっぷりタルタル	227	465	20.1	21.9	47.3	3.8	1125	344	32	244	0.8	7	11	7	0.13	0.23	6.2	10	2.2	2.8	
とろ〜りトリプル月見和風カツバーガータマゴたっぷりタルタル(限定店舗)	336	585	27.9	27.2	57.3	5.4	1644	438	38	403	0.8	9	11	10	0.13	0.48	6.3	10	2.2	4.2	
和風チキンカツバーガー 本格ゆず七味	165	403	15.9	19.2	42.1	3.0	852	297	26	163	0.9	5	31	8	0.13	0.10	6.2	10	2.1	2.1	

ケンタッキーフライドチキン 栄養成分表 2/4

2025/8/20現在

※栄養成分表の数値は配合に基づいた標準値です。

ひとつひとつ手作りしている商品が多いため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますのでご了承ください。

- = 未分析、0 = 0 又は微量

	可食部 平均 重量 (g)	エネル ギー (kcal)	たんぱ く質 (g)	脂質 (g)	炭水化 物 (g)	灰分 (g)	ミネラル					ビタミン					食物 繊維 総量 (g)	食塩 相当量 (g)		
							ナトリ ウム (mg)	カリウ ム (mg)	カルシ ウム (mg)	リン (mg)	鉄 (mg)	A			B ₁ (mg)	B ₂ (mg)			ナイア シン (mg)	C (mg)
												レチ ノール (μg)	β-加 コリン 当量 (μg)	レチノール 活性 当量 (μg)						
(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(μg)	(μg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)	
レッドホットツイスター	144	349	11.1	18.4	35.1	3.2	894	240	101	176	0.8	4	168	18	0.11	0.07	3.7	3	1.5	2.3
ペッパーマヨツイスター	143	301	11.3	14.5	31.7	2.9	724	250	106	175	0.7	3	168	17	0.15	0.13	3.3	7	3.3	1.8
てりやきツイスター	143	360	11.6	18.8	35.0	3.0	804	204	108	176	0.7	5	76	12	0.14	0.13	3.1	3	3.2	2.0
とろ〜り月見ツイスター	180	397	14.8	19.9	39.2	3.6	1030	233	102	251	0.6	6	52	10	0.10	0.18	3.6	2	1.5	2.7
フライドポテト S	80	195	2.6	7.8	28.7	2.1	469	340	10	90	0.5	0	0	0	0.15	0.01	2.3	10	2.4	1.2
フライドポテト L	160	390	5.3	15.5	57.4	4.2	938	680	20	180	1.0	0	0	0	0.30	0.02	4.6	20	4.8	2.4
フライドポテト ボックス	372	908	12.3	36.1	133.5	9.7	2180	1581	47	419	2.3	0	0	0	0.70	0.05	10.7	47	11.2	5.6
フリフリポテト用シーズニング (瀬戸内塩レモン)	2	6.1	0.12	0.05	1.28	0.5	195	0	0	0	0.0	0	0	0	0.00	0.00	0.0	0	0.0	0.5
コールスローM	130	137	1.6	10.2	10.3	1.4	366	206	44	34	0.4	6	445	43	0.04	0.04	0.2	39	1.9	0.9
コールスローS	80	85	1.0	6.3	6.3	0.9	225	126	27	21	0.2	3	274	26	0.03	0.02	0.1	24	1.2	0.6
ビスケット	51	200	3.2	11.1	21.7	1.5	347	60	23	50	0.2	3	1	3	0.04	0.03	0.3	0	0.8	0.9
(ハニーメイプル)	10	30	0.0	0.0	7.0	0.0	2	1	0	0	0.0	1	0	1	0.00	0.00	0.0	0	0.0	0.0
チョコパイ	53	270	3.1	15.8	29.0	0.8	114	194	17	54	2.7	2	12	3	0.04	0.02	0.3	0	1.5	0.3
おもちカスタードの月見パイ	53	176	2.7	8.5	22.0	0.8	133	38	9	28	0.2	4	31	7	0.05	0.01	0.2	1	0.5	0.3

Kentucky Fried Chicken Nutrition List 3/4

Data as of August 20, 2025.

* The table of nutrition facts shows standard values based on product formulations.
 Note that values of actual products may vary slightly since many of our products are manually prepared.
 * The value is indicated as "0" for trace amounts and "-" if the data is not available.

	Product weight (g)	Energy (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbohydrate (g)	Ash (g)	Mineral					Vitamin					Dietary fiber, total (g)	Salt equivalent (g)			
							Sodium (mg)	Potassium (mg)	Calcium (mg)	Phosphorus (mg)	Iron (mg)	A			Thiamin (mg)	Riboflavin (mg)			Niacin (mg)	Ascorbic acid (mg)	
												Retinol (μg)	Beta- caroten equivalent (μg)	Retinol activity equivalents (μg)							
Original Recipe Chicken	87	218	16.5	12.8	9.1	2.3	585	318	15	193	0.6	44	26	48	0.09	0.48	5.7	4	0.4	1.5	
Red Hot Chicken	90	247	17.5	15.2	10.1	1.9	470	302	10	174	0.4	30	227	49	0.09	0.09	9.9	2	0.5	1.2	
Boneless Chicken	83	191	20.3	8.5	8.3	2.3	665	277	12	164	0.4	14	4	14	0.11	0.10	8.5	2	0.3	1.7	
Crispy Strip	42	119	6.8	6.6	8.2	1.1	229	99	73	75	0.1	2	3	2	0.04	0.03	3.0	1	0.3	0.6	
Nuggets 5pc	94	222	13.3	13.4	11.8	2.1	589	211	8	125	0.2	15	21	17	0.11	0.11	6.6	2	0.3	1.5	
(Tomato Ketchup (sachet))	9	11	0.1	0.0	2.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2
Chicken Fillet Burger	161	398	24.3	19.7	31.1	3.3	969	365	23	208	0.9	15	54	20	0.19	0.13	9.2	3	1.7	2.4	
Spicy Chicken Fillet Burger	161	384	24.4	17.8	31.9	3.5	1027	376	24	209	0.9	15	74	21	0.20	0.13	9.3	3	1.8	2.6	
Cheese Chicken Fillet Burger	178	468	26.8	25.8	32.1	4.0	1179	374	97	258	0.9	52	86	59	0.20	0.18	9.2	3	1.7	2.9	
Double Chicken Fillet Burger	248	615	44.6	30.7	40.0	5.8	1684	643	35	372	1.3	29	58	34	0.31	0.24	17.7	6	2.0	4.2	
Chicken Namban Fillet Burger	181	429	25.2	20.0	36.9	3.9	1187	372	25	219	0.9	19	29	21	0.19	0.16	9.3	3	1.7	3.0	
Salty Green Onion & Lemon Fillet Burger	181	445	24.7	22.4	36.2	4.0	1225	385	26	214	0.9	17	56	22	0.20	0.14	9.3	4	1.9	3.1	
Tsukimi Cheese Chicken Fillet Burger	220	481	30.4	24.0	35.8	4.4	1327	418	99	335	0.9	52	85	59	0.20	0.30	9.3	3	1.7	3.3	
Wa-fu Chicken Cutlet Burger	165	426	16.0	22.3	40.5	2.7	773	287	26	163	0.8	7	11	8	0.13	0.09	6.1	10	2.1	2.0	
Tsukimi Wa-fu Cutlet Tartar Sauce with Chopped Egg	227	465	20.1	21.9	47.3	3.8	1125	344	32	244	0.8	7	11	7	0.13	0.23	6.2	10	2.2	2.8	
Triple Tsukimi Wa-fu Cutlet Tartar Sauce with Chopped Egg (Limited to some stores)	336	585	27.9	27.2	57.3	5.4	1644	438	38	403	0.8	9	11	10	0.13	0.48	6.3	10	2.2	4.2	
Yuzu Shichimi Wa-fu Chicken Cutlet Burger	165	403	15.9	19.2	42.1	3.0	852	297	26	163	0.9	5	31	8	0.13	0.10	6.2	10	2.1	2.1	

Kentucky Fried Chicken Nutrition List 4/4

Data as of August 20, 2025.

* The table of nutrition facts shows standard values based on product formulations.
 Note that values of actual products may vary slightly since many of our products are manually prepared.
 * The value is indicated as "0" for trace amounts and "-" if the data is not available.

	Product weight (g)	Energy (kcal)	Protein (g)	Fat (g)	Carbohydrate (g)	Ash (g)	Mineral					Vitamin					Dietary fiber, total (g)	Salt equivalent (g)		
							Sodium (mg)	Potassium (mg)	Calcium (mg)	Phosphorus (mg)	Iron (mg)	A			Thiamin (mg)	Riboflavin (mg)			Niacin (mg)	Ascorbic acid (mg)
												Retinol (μg)	Beta- caroten equivalent (μg)	Retinol activity equivalents (μg)						
Red Hot Twister	144	349	11.1	18.4	35.1	3.2	894	240	101	176	0.8	4	168	18	0.11	0.07	3.7	3	1.5	2.3
Papper Mayo Twister	143	301	11.3	14.5	31.7	2.9	724	250	106	175	0.7	3	168	17	0.15	0.13	3.3	7	3.3	1.8
Teriyaki Twister	143	360	11.6	18.8	35.0	3.0	804	204	108	176	0.7	5	76	12	0.14	0.13	3.1	3	3.2	2.0
Tsukimi Twister	180	397	14.8	19.9	39.2	3.6	1030	233	102	251	0.6	6	52	10	0.10	0.18	3.6	2	1.5	2.7
French Fries S	80	195	2.6	7.8	28.7	2.1	469	340	10	90	0.5	0	0	0	0.15	0.01	2.3	10	2.4	1.2
French Fries L	160	390	5.3	15.5	57.4	4.2	938	680	20	180	1.0	0	0	0	0.30	0.02	4.6	20	4.8	2.4
French Fries B o x	372	908	12.3	36.1	133.5	9.7	2180	1581	47	419	2.3	0	0	0	0.70	0.05	10.7	47	11.2	5.6
Furi Furi Fries Spice (Setouchi Salty Lemon)	2	6.1	0.12	0.05	1.28	0.5	195	0	0	0	0.0	0	0	0	0.00	0.00	0.0	0	0.0	0.5
Cole Slaw M	130	137	1.6	10.2	10.3	1.4	366	206	44	34	0.4	6	445	43	0.04	0.04	0.2	39	1.9	0.9
Cole Slaw S	80	85	1.0	6.3	6.3	0.9	225	126	27	21	0.2	3	274	26	0.03	0.02	0.1	24	1.2	0.6
Biscuit	51	200	3.2	11.1	21.7	1.5	347	60	23	50	0.2	3	1	3	0.04	0.03	0.3	0	0.8	0.9
(Honey Maple)	10	30	0.0	0.0	7.0	0.0	2	1	0	0	0.0	1	0	1	0.00	0.00	0.0	0	0.0	0.0
Choco Pie	53	270	3.1	15.8	29.0	0.8	114	194	17	54	2.7	2	12	3	0.04	0.02	0.3	0	1.5	0.3
Mochi Custard Tsukimi Pie	53	176	2.7	8.5	22.0	0.8	133	38	9	28	0.2	4	31	7	0.05	0.01	0.2	1	0.5	0.3