

อาหาร	ปริมาณ	น้ำหนัก(gram)	พลังงาน(kcal)
KFC			
ไก่นุ่มต้นตำรับ สะโพก	1 ชิ้น	102	280
ไก่นุ่มต้นตำรับ อก	1 ชิ้น	127	330
ไก่นุ่มต้นตำรับ น่อง	1 ชิ้น	67	160
ไก่นุ่มต้นตำรับ สัน หลัง	1 ชิ้น	139	400
ไก่นุ่มต้นตำรับ ปีก	1 ชิ้น	74	230
ไก่กรอบฮอตแอนด์ส ไปชี	1 ชิ้น	106	320
ไก่กรอบฮอตแอนด์ส ไปชี สะโพก	1 ชิ้น	125	340
ไก่กรอบฮอตแอนด์ส ไปชี อก	1 ชิ้น	69	170

ไก่อกรอบฮอตแอนดส์ ไปชี น่อง	1 ชั้น	142	430
ไก่อกรอบฮอตแอนดส์ ไปชี สันหลัง	1 ชั้น	70	230
ไก่อกรอบฮอตแอนดส์ ไปชี ปีก	1 ชั้น	197	530
ชิงเกอร์เบอร์เกอร์	1 ชั้น	176	470
เบอร์เกอร์ปลาคริสต์ปี	1 ชั้น	364	640
ข้าวยาไก่แซ่บ	1 จาน	359	480
ข้าวยาไก่ซี้ด	1 จาน	35	100
วingsแซ่บ	1 ชั้น	90	300
ไก่ป๋อบ	1 กล่อง/7 ชั้น	75	180
นักเก็ต	1 ชั้น	18	45
เฟรนช์ฟรายส์	ปกติ	50	150

เฟรนช์ฟรายส์	ใหญ่	80	230
เฟรนช์ฟรายส์	จัมโบ้	120	350
มันบด	ปกติ	100	50
มันบด	ใหญ่	400	210
ทูน่าคอร์นสลัด	ปกติ	100	170
ทูน่าคอร์นสลัด	ใหญ่	160	260
ทาร์ตไข่	1 ชิ้น	50	170
ไอศกรีมโคนวานิลลา			130
ไอศกรีมโคนดิลป เรนโบว์			280
ไอศกรีมโคนดิลปน้ำตาล			290
McDonald's			
ชีสเบอร์เกอร์	1 ชิ้น		300

ดับเบิลชีสเบอร์เกอร์	1 ชิ้น		430
ดีลักซ์ชีสเบอร์เกอร์	1 ชิ้น		320
ปิกแมค	1 ชิ้น		530
ชามูไรเบอร์เกอร์หมู	1 ชิ้น		370
แมคฟิช	1 ชิ้น		370
ดับเบิลแมคฟิช	1 ชิ้น		550
แมคไก่	1 ชิ้น		370
แมคสไปซี่ ชิกเก้น เบอร์เกอร์	1 ชิ้น		510
แมคนักเก็ต	6 ชิ้น		280
แมคนักเก็ต	10 ชิ้น		470
แมคนักเก็ต	20 ชิ้น		940
เฟรนช์ฟรายส์	เล็ก		230
เฟรนช์ฟรายส์	กลาง		340

เฟรนช์ฟรายส์	ใหญ่		510
พายสัปปะรด			220
ชั้นเดียยี่ห้อโกแลต			300
ชั้นเดียยี่ห้อสตรอว์เบอร์รี่			270
ไอศกรีมโคนวนิลา			140
ไอศกรีมโคนดิล			230
Bon Chon			
Soy garlic Chicken Wing	1 ชิ้น		145
Soy garlic chicken (Small leg)	1 ชิ้น		100
Soy garlic Chicken Leg	1 ชิ้น		268
Fried Chicken Breast Strips	1 ชิ้น		149

Hot Wing	1 ชิ้น		147
Chicken Crispy Salad	1 จาน		316
Tofu Salad	1 จาน		140
Cheese Tteokbokki	1 จาน		215
BURGER KING			
Cheeseburger			286
Chicken Strips			292
CROISSAN'WICH with Egg and Cheese			311

CROISSAN'WIC H with Sausage and Cheese			493
CROISSAN'WIC H with Sausage, Egg and Cheese			527
Double Cheeseburger			457
DOUBLE WHOPPER, no cheese			942
DOUBLE WHOPPER, with cheese			1061
french fries small			207
french fries medium			328
french fries large			448

french toast sticks			373
Hamburger			258
Hash Brown Rounds			483
Onion Rings small			379
Onion Rings medium			488
Onion Rings large			592
Original Chicken Sandwich			569
Premium Fish Sandwich			572
Vanilla Shake small			501

Vanilla Shake medium			667
WHOPPER, no cheese			678
WHOPPER, with cheese			790
Domino Pizza			
DOMINO'S 14" Cheese Pizza Classic Hand-Tossed Crust			2223
DOMINO'S 14" Cheese Pizza, Crunchy Thin Crust			1609
DOMINO'S 14" Cheese Pizza,			2510

Ultimate Deep Dish Crust			
DOMINO'S 14" EXTRAVAGANZZ A FEAST Pizza, Classic Hand-Tossed Crust			2987
DOMINO'S 14" Pepperoni Pizza, Classic Hand-Tossed Crust			2476
DOMINO'S 14" Pepperoni Pizza, Crunchy Thin Crust			1847
DOMINO'S 14" Pepperoni Pizza, Ultimate Deep Dish Crust			2785

DOMINO'S 14" Sausage Pizza, Classic Hand-Tossed Crust			2492
DOMINO'S 14" Sausage Pizza, Crunchy Thin Crust			1904
DOMINO'S 14" Sausage Pizza, Ultimate Deep Dish Crust			2859
Subway			
แซนด์วิชแฮม			246
แซนด์วิชเนื้ออบ			271
แซนด์วิชไก่อบ			266
แซนด์วิชแฮมไก่			244

แซนด์วิชแฮมไก่และ แฮมหมู			251
แซนด์วิชชีสเวย์ คลับ			285
แซนด์วิชไก่เทोरียากิ			315
แซนด์วิชไก่ทรง			243
แซนด์วิชผัก (Veggie Delite™)			205
สลัดแฮม			95
สลัดเนื้ออบ			115
สลัดไก่อบ			121
สลัดแฮมไก่			93
สลัดแฮมไก่และแฮม หมู			100
สลัดชีสเวย์ คลับ (Subway Club™)			137

สลัดไก่ทรง			92
สลัดผัก (Veggie Delite™)			55
Dairy Queen			
Vanilla Cone			330
Dipped Cone, Chocolate			460
Chocolate Cone			330
Chocolate Sundae			400
Strawberry Sundae			330
Pineapple Sundae			330

Caramel Sundae			430
Almond Mocha			790
M&M's® Chocolate Candy Blizzard			800
OREO® Cookie Blizzard			780
Caramel MooLatte			570
Vanilla MooLatte			440
Strawberry Light Smooties			210
Mister donut			
ช็อกโกแลต ริง			210
สตอเบอรี่ ริง			205

บาวาเรียน เซลล์			219
พอน เดอ ริง เกรซ			231
พอน เดอ ริง ช็อกโกแลต			249
Krispy kreme			
Original Glazed			190
Chocolate Iced Glazed			240
Glazed Cruller			200
Chocolate Iced Glazed Cruller			260
Chocolate Iced Custard Filled			310
New York Cheesecake			350

Nutella ring			285
Choc iced custard			307
Strawberry jam			239
Choc Iced Sprinkles			315
Dunkin' Donuts			
Glazed Donut			260
Strawberry frosted donut			265
Bow Tie Donut			310
Glazed Chocolate Munchkin			70
Häagen-Dazs			
Salted Caramel			252

Vanilla			223
Macadamia Nut			277
Matcha Green Tea			218
Chocolate			255
Strawberry			218
Caramel Biscuit & Cream			255
Baskin robbins			
Mint Chocolate Chip			240
Jamoca® Almond Fudge			260
Peanut Butter 'n Chocolate			290

Rocky Road			250
Chocolate Mousse Royale			280
Very Berry Strawberry			200
Chocolate			230
Strawberry Cheesecake			250
Pistachio Almond			270
Vanilla			220
Pralines 'n Cream			270
Mango Tango			230
Gold Medal Ribbon			240
Cookies 'n Cream			270

Citrus Twist Ice			100
Rum Raisin			230
Chocolate Chip Cookie Dough			280
Cotton Candy			230
Chocolate Chip			240
Baseball Nut			260
Rainbow Sherbe			130
PIZZAHUT : https://d2q3ga2hep3gmx.cloudfront.net/mobilem8-php/wp-content/uploads/2016/09/Nutrition-information_Sep16_Thai_Revised_9192016.pdf			