





# カロリー（エネルギー量）・カフェイン量 情報

2026.02.26版

・カスタマイズできないドリンクを除き、「甘さ：ふつ（ICEDは氷：あり）」の1杯あたりの数値を表示しています。トッピングなど、カスタマイズされた場合は情報が異なります。  
 また、**トッピングおよびフードは1食あたりの数値**を表示しています。尚、フードメニューはカフェイン量ではなく、食塩相当量を表示しています。  
 ・表示している数値は、原材料データおよび一部の原材料は（一財）日本食品分析センターの分析値をもとに、標準的な調理により算出した計算値です。  
 ・「L」は該当サイズがない旨を示しています。  
 ・各データは随時更新されます。最終更新日をご確認ください。  
 ・掲載されていないメニューの数値につきましては非公開とさせていただきます。ご了承ください。

\*一杯ずつ提供していますため、実際の数値と異なる場合がございます。  
 \*季節のおすすめにつきましては、店舗の在庫状況により早急に終了となる場合がございます。予めご了承ください。  
 \*店舗限定ドリンクの販売店舗につきましては、当ホームページ新着情報よりご確認ください。

ドリンク		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	カフェイン	
ストレートティー ICED	烏龍ティー	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.8g	0.0g	77mg
		M	34 kcal	0.2g	0.0g	8.2g	0.0g	90mg
		L	47 kcal	0.3g	0.0g	11.5g	0.0g	125mg
	ブラックティー	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.8g	0.0g	112mg
		M	34 kcal	0.2g	0.0g	8.2g	0.0g	130mg
		L	47 kcal	0.3g	0.0g	11.5g	0.0g	180mg
	阿里山ウーロンティー	S	24 kcal	0.4g	0.0g	5.7g	0.0g	65mg
		M	34 kcal	0.4g	0.0g	8.0g	0.0g	76mg
		L	47 kcal	0.6g	0.0g	11.2g	0.0g	104mg
	アールグレイティー	S	24 kcal	0.4g	0.2g	5.3g	0.0g	103mg
		M	34 kcal	0.4g	0.2g	7.6g	0.0g	120mg
		L	47 kcal	0.6g	0.3g	10.6g	0.0g	165mg
ストレートティー HOT	烏龍ティー	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.9g	0.0g	86mg
		M	34 kcal	0.3g	0.0g	8.3g	0.0g	110mg
	ブラックティー	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.9g	0.0g	124mg
		M	34 kcal	0.3g	0.0g	8.3g	0.0g	158mg
	阿里山ウーロンティー	S	24 kcal	0.4g	0.0g	5.7g	0.0g	72mg
		M	34 kcal	0.5g	0.0g	8.1g	0.0g	92mg
アールグレイティー	S	25 kcal	0.4g	0.2g	5.3g	0.0g	114mg	
	M	35 kcal	0.5g	0.3g	7.6g	0.0g	145mg	
ミルクティー ICED	烏龍 ミルクティー	S	182 kcal	6.5g	9.6g	22.6g	0.2g	65mg
		M	218 kcal	7.6g	11.2g	27.7g	0.2g	75mg
		L	301 kcal	10.4g	15.5g	38.4g	0.3g	104mg
	ブラック ミルクティー	S	182 kcal	6.5g	9.6g	22.6g	0.2g	93mg
		M	218 kcal	7.6g	11.2g	27.7g	0.2g	109mg
		L	301 kcal	10.4g	15.5g	38.4g	0.3g	150mg
	阿里山ウーロン ミルクティー	S	182 kcal	6.6g	9.6g	22.4g	0.2g	54mg
		M	218 kcal	7.7g	11.2g	27.5g	0.2g	63mg
		L	301 kcal	10.7g	15.5g	38.2g	0.3g	87mg
	アールグレイ ミルクティー	S	182 kcal	8.9g	9.8g	22.1g	0.2g	86mg
		M	218 kcal	10.4g	11.4g	27.2g	0.2g	100mg
		L	302 kcal	14.3g	15.7g	37.7g	0.3g	138mg
	マサラチャイ ミルクティー	S	208 kcal	6.3g	9.1g	29.2g	0.0g	89mg
		M	248 kcal	7.3g	10.7g	35.5g	0.0g	103mg
		L	343 kcal	10.1g	14.7g	49.2g	0.0g	143mg
	抹茶 ミルクティー	S	228 kcal	6.8g	8.8g	20.5g	0.0g	120mg
		M	272 kcal	7.9g	10.2g	25.3g	0.0g	140mg
		L	376 kcal	11.0g	14.1g	35.0g	0.0g	193mg
焙じ茶 ミルクティー	S	214 kcal	7.0g	8.7g	22.7g	0.0g	87mg	
	M	255 kcal	8.1g	10.2g	25.2g	0.0g	101mg	
	L	353 kcal	11.3g	14.1g	32.0g	0.0g	140mg	
ミルクティー HOT	烏龍 ミルクティー	S	84 kcal	3.5g	3.1g	10.5g	0.2g	86mg
		M	109 kcal	4.4g	3.9g	14.1g	0.3g	110mg
	ブラック ミルクティー	S	84 kcal	3.5g	3.1g	10.5g	0.2g	124mg
		M	109 kcal	4.4g	3.9g	14.1g	0.3g	158mg
	阿里山ウーロン ミルクティー	S	84 kcal	3.7g	3.1g	10.3g	0.2g	72mg
		M	109 kcal	4.6g	3.9g	13.8g	0.3g	92mg
	アールグレイ ミルクティー	S	85 kcal	3.7g	3.3g	9.9g	0.2g	114mg
		M	110 kcal	4.6g	4.1g	13.3g	0.3g	145mg
	マサラチャイ ミルクティー	S	114 kcal	3.6g	3.1g	16.9g	0.3g	124mg
		M	147 kcal	4.5g	3.9g	22.3g	0.3g	158mg
	抹茶 ミルクティー	S	246 kcal	9.6g	8.0g	35.4g	0.6g	135mg
		M	310 kcal	11.7g	9.6g	46.2g	0.7g	180mg
焙じ茶 ミルクティー	S	229 kcal	9.3g	7.9g	31.1g	0.6g	97mg	
	M	288 kcal	11.2g	9.6g	40.4g	0.7g	130mg	

ドリンク		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	カフェイン	
黒糖 ICED	黒糖 烏龍ミルクティー	S	207 kcal	5.4g	8.0g	32.6g	0.2g	54mg
		M	257 kcal	6.8g	10.1g	40.1g	0.2g	68mg
		L	373 kcal	9.2g	13.6g	60.9g	0.3g	91mg
	黒糖 ブラックミルクティー	S	207 kcal	5.4g	8.0g	32.6g	0.2g	78mg
		M	257 kcal	6.8g	10.1g	40.1g	0.2g	98mg
		L	373 kcal	9.2g	13.6g	60.9g	0.3g	131mg
	黒糖 アールグレイミルクティー	S	207 kcal	9.4g	10.3g	36.0g	0.2g	71mg
		M	257 kcal	9.4g	10.3g	39.6g	0.2g	90mg
		L	374 kcal	12.6g	13.8g	60.3g	0.2g	121mg
	黒糖ミルク	S	181 kcal	5.9g	5.6g	26.5g	0.4g	0mg
		M	238 kcal	8.3g	7.8g	33.4g	0.6g	0mg
		L	356 kcal	11.6g	10.9g	52.6g	0.8g	0mg

# カロリー（エネルギー量）・カフェイン量 情報

2026.02.26版

・カスタマイズできないドリンクを除き、「甘さ：ふつ（ICEDは氷：あり）」の1杯あたりの数値を表示しています。トッピングなど、カスタマイズされた場合は情報が異なります。  
 また、トッピングおよびフードは1食あたりの数値を表示しています。尚、フードメニューはカフェイン量ではなく、食塩相当量を表示しています。  
 ・表示している数値は、原材料データおよび一部の原材料は（一財）日本食品分析センターの分析値をもとに、標準的な調理により算出した計算値です。  
 ・「L」は該当サイズがない旨を示しています。  
 ・各データは随時更新されます。最終更新日をご確認ください。  
 ・掲載されていないメニューの数値につきましては非公開とさせていただきます。ご了承ください。

\*一杯ずつ提供していますため、実際の数値と異なる場合がございます。  
 \*季節のおすすめにつきましては、店舗の在庫状況により早めに終了となる場合がございます。予めご了承ください。  
 \*店舗限定ドリンクの販売店舗につきましては、当ホームページより新着情報よりご確認ください。

ドリンク		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	カフェイン		
黒糖 HOT	黒糖 烏龍ミルクティー	S	151 kcal	3.5g	3.1g	27.1g	0.2g	86mg	
		M	196 kcal	4.4g	3.9g	35.7g	0.3g	110mg	
	黒糖 ブラックミルクティー	S	151 kcal	3.5g	3.1g	27.1g	0.2g	124mg	
		M	196 kcal	4.4g	3.9g	35.7g	0.3g	158mg	
	黒糖 アールグレイミルクティー	S	151 kcal	3.7g	3.3g	26.5g	0.2g	114mg	
		M	196 kcal	4.6g	4.1g	35.0g	0.3g	145mg	
黒糖ミルク	S	268 kcal	9.9g	9.3g	35.7g	0.7g	0mg		
	M	345 kcal	12.5g	11.8g	46.7g	0.9g	0mg		
アーモンドミルクティー ICED	烏龍 アーモンドミルクティー	S	61 kcal	0.5g	3.6g	7.6g	0.2g	39mg	
		M	84 kcal	0.7g	4.7g	10.7g	0.2g	52mg	
		L	118 kcal	1.0g	6.7g	15.0g	0.3g	73mg	
	ブラック アーモンドミルクティー	S	61 kcal	0.5g	3.6g	7.6g	0.2g	56mg	
		M	84 kcal	0.7g	4.7g	10.7g	0.2g	74mg	
		L	118 kcal	1.0g	6.7g	15.0g	0.3g	105mg	
	阿里山ウーロン アーモンドミルクティー	S	61 kcal	0.6g	3.6g	7.6g	0.2g	32mg	
		M	84 kcal	0.8g	4.7g	10.6g	0.2g	43mg	
		L	118 kcal	1.2g	6.7g	14.9g	0.3g	61mg	
	アールグレイ アーモンドミルクティー	S	61 kcal	0.5g	3.6g	7.4g	0.2g	51mg	
		M	84 kcal	0.8g	4.9g	10.3g	0.2g	68mg	
		L	118 kcal	1.2g	6.9g	14.5g	0.3g	97mg	
	黒糖 烏龍 アーモンドミルクティー	S	113 kcal	0.5g	3.6g	20.6g	0.2g	39mg	
		M	141 kcal	0.7g	4.7g	25.0g	0.2g	52mg	
		L	222 kcal	1.0g	6.7g	40.9g	0.4g	73mg	
	黒糖 ブラック アーモンドミルクティー	S	113 kcal	0.5g	3.6g	20.6g	0.2g	56mg	
		M	141 kcal	0.7g	4.7g	25.0g	0.2g	74mg	
		L	222 kcal	1.0g	6.7g	40.9g	0.4g	105mg	
黒糖 アールグレイ アーモンドミルクティー	S	113 kcal	0.5g	3.6g	20.3g	0.2g	51mg		
	M	141 kcal	0.8g	4.9g	24.7g	0.2g	68mg		
	L	222 kcal	1.2g	6.9g	40.4g	0.4g	97mg		
アーモンドミルクティー HOT	烏龍 アーモンドミルクティー	S	88 kcal	0.9g	5.9g	9.2g	0.3g	65mg	
		M	115 kcal	1.1g	7.5g	12.5g	0.4g	82mg	
	ブラック アーモンドミルクティー	S	88 kcal	0.9g	5.9g	9.2g	0.3g	93mg	
		M	115 kcal	1.1g	0.0g	12.5g	0.4g	118mg	
	阿里山ウーロン アーモンドミルクティー	S	88 kcal	1.1g	5.9g	9.1g	0.3g	54mg	
		M	115 kcal	1.3g	7.5g	12.3g	0.4g	68mg	
	アールグレイ アーモンドミルクティー	S	88 kcal	0.8g	5.9g	8.8g	0.3g	86mg	
		M	115 kcal	1.3g	7.7g	11.9g	0.4g	108mg	
	黒糖 烏龍 アーモンドミルクティー	S	155 kcal	0.9g	5.9g	25.8g	0.3g	65mg	
		M	202 kcal	1.1g	7.5g	34.1g	0.4g	82mg	
	黒糖 ブラック アーモンドミルクティー	S	155 kcal	0.9g	5.9g	25.8g	0.3g	93mg	
		M	202 kcal	1.1g	7.5g	34.1g	0.4g	118mg	
黒糖 アールグレイ アーモンドミルクティー	S	155 kcal	0.8g	5.9g	25.4g	0.3g	86mg		
	M	202 kcal	1.3g	7.7g	33.6g	0.4g	108mg		
フルーツティー ICED	パッション阿里山 ティーエード	S	86 kcal	0.4g	0.0g	21.1g	0.0g	43mg	
		M	117 kcal	0.6g	0.0g	28.7g	0.0g	61mg	
		L	173 kcal	0.9g	0.0g	42.3g	0.0g	97mg	
	ピーチ阿里山 ティーエード	S	114 kcal	0.8g	1.0g	25.6g	0.0g	43mg	
		M	136 kcal	1.0g	1.3g	30.1g	0.0g	61mg	
		L	199 kcal	1.6g	2.0g	43.6g	0.0g	97mg	
	マンゴー阿里山 ティーエード	S	87 kcal	0.4g	0.0g	21.3g	0.0g	40mg	
		M	113 kcal	0.6g	0.0g	27.6g	0.0g	54mg	
		L	159 kcal	0.9g	0.0g	38.8g	0.0g	94mg	
ジェラッティー	黒糖ブラック ジェラッティー		278 kcal	1.2g	8.7g	48.8g	0.2g	45mg	
	マンゴーピーチ阿里山 ジェラッティー		208kcal	0.5g	0.0g	51.4g	0.0g	30mg	
その他	チョコレート ミルク ICED	S	190kcal	3.1g	9.1g	24.1g	0.0g	2mg	
		M	227kcal	3.7g	10.6g	29.5g	0.1g	2mg	
	チョコレート ミルク HOT	S	346kcal	11.5g	17.1g	36.2g	0.6g	2mg	
		M	443kcal	14.2g	21.8g	47.3g	0.8g	3mg	
	タロ ミルク ICED	S	237kcal	6.6g	13.4g	27.6g	0.1g	0mg	
		M	280kcal	7.8g	15.6g	33.1g	0.1g	0mg	
	タロ ミルク HOT	L	387kcal	10.7g	21.6g	46.0g	0.1g	0mg	
		S	405kcal	9.1g	19.9g	27.4g	0.8g	0mg	
	M	500kcal	10.9g	24.5g	34.3g	0.9g	0mg		
	ドリンク	その他	キッズドリンク（ピーチ）		99kcal	0.3g	0.0g	24.6g	0.0g
キッズドリンク（ミルク）				165kcal	8.3g	7.8g	15.3g	0.6g	0mg
キッズドリンク（黒糖ミルク）				223kcal	8.3g	7.8g	29.8g	0.6g	0mg
トッピング	トッピング	パール		128 kcal	0.1g	0.1g	31.9g	0.0g	0mg
		ナタデココ		78 kcal	0.1g	0.1g	19.5g	0.0g	0mg
		ミルクフォーム		91 kcal	0.9g	6.0g	8.3g	0.3g	0mg
		アロエ		47 kcal	0.0g	0.0g	10.5g	0.0g	0mg

# カロリー（エネルギー量）・カフェイン量 情報

2026.02.26版

・カスタマイズができないドリンクを除き、「甘さ：ふつ（ICEDは氷：あり）」の1杯あたりの数値を表示しています。トッピングなど、カスタマイズされた場合は情報が異なります。  
 また、トッピングおよびフードは1食あたりの数値を表示しています。尚、フードメニューはカフェイン量ではなく、食塩相当量を表示しています。  
 ・表示している数値は、原材料データおよび一部の原材料は（一財）日本食品分析センターの分析値をもとに、標準的な調理により算出した計算値です。  
 ・「-」は該当サイズがない旨を示しています。  
 ・各データは随時更新されます。最終更新日をご確認ください。  
 ・掲載されていないメニューの数値につきましては非公開とさせていただきます。ご了承ください。

\*一杯ずつご提供していますため、実際の数値と異なる場合がございます。  
 \*季節のおすすめにつきましては、店舗の在庫状況により早急に終了となる場合がございます。予めご了承ください。  
 \*店舗限定ドリンクの販売店舗につきましては、当ホームページ新着情報よりご確認ください。

季節のおすすめ			エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	カフェイン
ICED	いちご杏仁 ミルクティー	M	407kcal	5.4g	16.4g	42.3g	0.6g	77mg
		L	542kcal	7.5g	24.3g	60.2g	1.8g	115mg
	いちご杏仁 アーモンドミルクティー	M	291kcal	4.6g	10.7g	27.8g	0.6g	48mg
		L	367kcal	6.3g	15.7g	38.4g	1.8g	73mg
	いちご杏仁 ジェラッティー		304kcal	4.5g	9.5g	33.0g	0.5g	41mg
		S	25 kcal	0.4g	0.0g	5.8g	0.0g	95mg
		M	34 kcal	0.4g	0.0g	8.2g	0.0g	111mg
	ジャスミングリーン ティー	L	48 kcal	0.6g	0.0g	11.5g	0.0g	154mg
		S	209 kcal	5.8g	11.1g	25.6g	0.1g	77mg
		M	249 kcal	6.8g	13.0g	43.3g	0.1g	90mg
	ジャスミングリーン ミルクティー	L	345 kcal	9.4g	18.0g	31.2g	0.1g	124mg
		S	62kcal	0.6g	3.6g	7.6g	0.2g	48mg
M		84kcal	0.8g	4.7g	10.7g	0.2g	64mg	
ジャスミングリーン アーモンドミルクティー	L	119kcal	1.2g	6.7g	15.0g	0.3g	90mg	
	S	25 kcal	0.4g	0.0g	5.9g	0.0g	106mg	
	M	35 kcal	0.5g	0.0g	8.3g	0.0g	135mg	
HOT	ジャスミングリーン ミルクティー	S	85 kcal	3.7g	3.1g	10.5g	0.2g	106mg
		M	110 kcal	4.6g	3.9g	14.1g	0.3g	135mg
	ジャスミングリーン アーモンドミルクティー	S	89 kcal	1.1g	5.9g	9.2g	0.3g	80mg
トッピング	いちご杏仁		108kcal	3.1g	0.6g	5.3g	0.1g	0mg
			135 kcal	2.2g	8.1g	13.4g	0.1g	0mg
フード	抹茶 フィナンシェ		135 kcal	2.2g	8.1g	13.4g	0.1g	0mg
店舗限定ドリンク			エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	カフェイン
ICED	マンゴー阿里山ウーロン ミルクティー	S	260kcal	1.1g	7.1g	47.8g	0.2g	39mg
		M	345kcal	1.4g	9.4g	63.5g	0.3g	52mg
		L	407kcal	1.7g	10.5g	76.2g	0.3g	65mg
	ストロベリーアールグレイ ミルクティー	S	231 kcal	1.2g	7.5g	39.8g	0.2g	76mg
		M	294 kcal	1.5g	9.4g	50.7g	0.2g	96mg
		L	368 kcal	1.9g	11.9g	63.4g	0.3g	120mg
	ピーチジャスミングリーン ミルクティー	S	259 kcal	1.5g	7.5g	46.3g	0.2g	65mg
		M	331 kcal	1.9g	9.6g	59.5g	0.3g	83mg
		L	414 kcal	2.3g	12.0g	74.3g	0.3g	103mg
	宇治 抹茶ミルクティー	S	234 kcal	6.4g	8.7g	20.4g	0.2g	74mg
		M	279 kcal	7.5g	10.1g	25.2g	0.2g	86mg
		L	385 kcal	10.3g	14.0g	34.9g	0.3g	119mg
	黒糖 宇治 抹茶ミルクティー	S	286 kcal	6.4g	8.7g	33.3g	0.2g	74mg
		M	336 kcal	7.5g	10.1g	39.5g	0.2g	86mg
		L	489 kcal	10.3g	14.0g	60.8g	0.3g	119mg
HOT	宇治抹茶 フローズンティー	S	288 kcal	2.1g	28.4g	34.6g	0.2g	98mg
		M	252 kcal	9.1g	7.9g	17.0g	0.6g	83mg
		M	318 kcal	11.0g	9.5g	21.6g	0.7g	111mg
フード			エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	カフェイン
フード	エッグタルト		176 kcal	3.0g	12.0g	14.0g	0.3g	0mg
			237 kcal	3.8g	11.2g	29.9g	0.6g	0mg
	Sugardーナツ		237 kcal	3.8g	11.2g	29.9g	0.6g	0mg
店舗限定フード			エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	カフェイン
フード	ニューヨークチーズケーキ		230kcal	4.2g	15.5g	18.1g	0.4g	0mg
	ガトーショコラ		173kcal	3.0g	10.7g	17.1g	0.2g	0mg
	カフェサンド 海老とブロッコリー		429 kcal	13.1g	21.0g	46.8g	2.1g	0mg
	フルーツミックスサンド		207 kcal	4.7g	5.7g	34.2g	0.6g	0mg
	カフェサンド サーモン&ベーコンアボカド		329 kcal	12.9g	17.7g	45.3g	1.9g	0mg
	カフェサンド 低温調理チキン&彩り野菜		434 kcal	16.5g	20.6g	45.6g	2.4g	0mg
	カフェサンド ベーコンチキン&ポーク		399 kcal	16.3g	17.0g	45.1g	2.4g	0mg

# Nutrition Facts and Caffeine Information

Gong cha Japan Ltd.,

With the exception of non-customizable beverages, the nutritional values provided represent a standard serving with "regular sweetness" (iced beverages include ice).

2026.02.26Ver.

Please note that the information may vary when customized with additional toppings or other modifications.

Nutritional values for toppings and food items are provided per serving. For food items, the sodium equivalent is displayed instead of caffeine content.

The displayed figures are calculated using ingredient data and, in part, analytical results from the Japan Food Research Laboratories, based on standard preparation methods.

All data is subject to periodic updates. Please refer to the most recent update date.

Nutritional information for items not listed is not disclosed. Your understanding is greatly appreciated.

Beverage		Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine	
Straight Tea ICED	Oolong Tea	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.8g	0.0g	77mg
		M	34 kcal	0.2g	0.0g	8.2g	0.0g	90mg
		L	47 kcal	0.3g	0.0g	11.5g	0.0g	125mg
	Black Tea	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.8g	0.0g	112mg
		M	34 kcal	0.2g	0.0g	8.2g	0.0g	130mg
		L	47 kcal	0.3g	0.0g	11.5g	0.0g	180mg
	Alishan Oolng Tea	S	24 kcal	0.4g	0.0g	5.7g	0.0g	65mg
		M	34 kcal	0.4g	0.0g	8.0g	0.0g	76mg
		L	47 kcal	0.6g	0.0g	11.2g	0.0g	104mg
	Earl Grey Tea	S	24 kcal	0.4g	0.2g	5.3g	0.0g	103mg
		M	34 kcal	0.4g	0.2g	7.6g	0.0g	120mg
		L	47 kcal	0.6g	0.3g	10.6g	0.0g	165mg
Straight Tea HOT	Oolong Tea	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.9g	0.0g	86mg
		M	34 kcal	0.3g	0.0g	8.3g	0.0g	110mg
	Black Tea	S	24 kcal	0.2g	0.0g	5.9g	0.0g	124mg
		M	34 kcal	0.3g	0.0g	8.3g	0.0g	158mg
	Alishan Oolng Tea	S	24 kcal	0.4g	0.0g	5.7g	0.0g	72mg
		M	34 kcal	0.5g	0.0g	8.1g	0.0g	92mg
	Earl Grey Tea	S	25 kcal	0.4g	0.2g	5.3g	0.0g	114mg
		M	35 kcal	0.5g	0.3g	7.6g	0.0g	145mg
Milk Tea ICED	Oolong Milk Tea	S	182 kcal	6.5g	9.6g	22.6g	0.2g	65mg
		M	218 kcal	7.6g	11.2g	27.7g	0.2g	75mg
		L	301 kcal	10.4g	15.5g	38.4g	0.3g	104mg
	Black Milk Tea	S	182 kcal	6.5g	9.6g	22.6g	0.2g	93mg
		M	218 kcal	7.6g	11.2g	27.7g	0.2g	109mg
		L	301 kcal	10.4g	15.5g	38.4g	0.3g	150mg
	Alishan Oolng Milk Tea	S	182 kcal	6.6g	9.6g	22.4g	0.2g	54mg
		M	218 kcal	7.7g	11.2g	27.5g	0.2g	63mg
		L	301 kcal	10.7g	15.5g	38.2g	0.3g	87mg
	Earl Grey Milk Tea	S	182 kcal	8.9g	9.8g	22.1g	0.2g	86mg
		M	218 kcal	10.4g	11.4g	27.2g	0.2g	100mg
		L	302 kcal	14.3g	15.7g	37.7g	0.3g	138mg
	Masala Chai Milk Tea	S	208 kcal	6.3g	9.1g	29.2g	0.0g	89mg
		M	248 kcal	7.3g	10.7g	35.5g	0.0g	103mg
		L	343 kcal	10.1g	14.7g	49.2g	0.0g	143mg
	Matcha Milk Tea	S	228 kcal	6.8g	8.8g	20.5g	0.0g	120mg
		M	272 kcal	7.9g	10.2g	25.3g	0.0g	140mg
		L	376 kcal	11.0g	14.1g	35.0g	0.0g	193mg
	Hojicha Milk Tea	S	214 kcal	7.0g	8.7g	22.7g	0.0g	87mg
		M	255 kcal	8.1g	10.2g	25.2g	0.0g	101mg
L		353 kcal	11.3g	14.1g	32.0g	0.0g	140mg	
Milk Tea HOT	Oolong Milk Tea	S	84 kcal	3.5g	3.1g	10.5g	0.2g	86mg
		M	109 kcal	4.4g	3.9g	14.1g	0.3g	110mg
	Black Milk Tea	S	84 kcal	3.5g	3.1g	10.5g	0.2g	124mg
		M	109 kcal	4.4g	3.9g	14.1g	0.3g	158mg
	Alishan Oolng Milk Tea	S	84 kcal	3.7g	3.1g	10.3g	0.2g	72mg
		M	109 kcal	4.6g	3.9g	13.8g	0.3g	92mg
	Earl Grey Milk Tea	S	85 kcal	3.7g	3.3g	9.9g	0.2g	114mg
		M	110 kcal	4.6g	4.1g	13.3g	0.3g	145mg
	Masala Chai Milk Tea	S	114 kcal	3.6g	3.1g	16.9g	0.3g	124mg
		M	147 kcal	4.5g	3.9g	22.3g	0.3g	158mg
	Matcha Milk Tea	S	246 kcal	9.6g	8.0g	35.4g	0.6g	135mg
		M	310 kcal	11.7g	9.6g	46.2g	0.7g	180mg
Hojicha Milk Tea	S	229 kcal	9.3g	7.9g	31.1g	0.6g	97mg	
	M	288 kcal	11.2g	9.6g	40.4g	0.7g	130mg	

# Nutrition Facts and Caffeine Information

Gong cha Japan Ltd.,

With the exception of non-customizable beverages, the nutritional values provided represent a standard serving with "regular sweetness" (iced beverages include ice).

2026.02.26Ver.

Please note that the information may vary when customized with additional toppings or other modifications.

Nutritional values for toppings and food items are provided per serving. For food items, the sodium equivalent is displayed instead of caffeine content.

The displayed figures are calculated using ingredient data and, in part, analytical results from the Japan Food Research Laboratories, based on standard preparation methods.

All data is subject to periodic updates. Please refer to the most recent update date.

Nutritional information for items not listed is not disclosed. Your understanding is greatly appreciated.

Beverage		Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine		
Brown sugar ICED	Brown sugar Oolong Milk Tea	S	207 kcal	5.4g	8.0g	32.6g	0.2g	54mg	
		M	257 kcal	6.8g	10.1g	40.1g	0.2g	68mg	
		L	373 kcal	9.2g	13.6g	60.9g	0.3g	91mg	
	Brown Sugar Black Milk Tea	S	207 kcal	5.4g	8.0g	32.6g	0.2g	78mg	
		M	257 kcal	6.8g	10.1g	40.1g	0.2g	98mg	
		L	373 kcal	9.2g	13.6g	60.9g	0.3g	131mg	
	Brown Sugar Earl Grey Milk Tea	S	207 kcal	9.4g	10.3g	36.0g	0.2g	71mg	
		M	257 kcal	9.4g	10.3g	39.6g	0.2g	90mg	
		L	374 kcal	12.6g	13.8g	60.3g	0.2g	121mg	
	Brown Sugar Milk	S	181 kcal	5.9g	5.6g	26.5g	0.4g	0mg	
		M	238 kcal	8.3g	7.8g	33.4g	0.6g	0mg	
		L	356 kcal	11.6g	10.9g	52.6g	0.8g	0mg	
Brown sugar HOT	Brown Sugar Oolong Milk Tea	S	151 kcal	3.5g	3.1g	27.1g	0.2g	86mg	
		M	196 kcal	4.4g	3.9g	35.7g	0.3g	110mg	
	Brown Sugar Black Milk Tea	S	151 kcal	3.5g	3.1g	27.1g	0.2g	124mg	
		M	196 kcal	4.4g	3.9g	35.7g	0.3g	158mg	
	Brown Sugar Earl Grey Milk Tea	S	151 kcal	3.7g	3.3g	26.5g	0.2g	114mg	
		M	196 kcal	4.6g	4.1g	35.0g	0.3g	145mg	
	Brown Sugar Milk	S	268 kcal	9.9g	9.3g	35.7g	0.7g	0mg	
		M	345 kcal	12.5g	11.8g	46.7g	0.9g	0mg	
Almond Milk Tea ICED	Oolong Almond Milk Tea	S	61 kcal	0.5g	3.6g	7.6g	0.2g	39mg	
		M	84 kcal	0.7g	4.7g	10.7g	0.2g	52mg	
		L	118 kcal	1.0g	6.7g	15.0g	0.3g	73mg	
	Black Almond Milk Tea	S	61 kcal	0.5g	3.6g	7.6g	0.2g	56mg	
		M	84 kcal	0.7g	4.7g	10.7g	0.2g	74mg	
		L	118 kcal	1.0g	6.7g	15.0g	0.3g	105mg	
	Alishan Oolong Almond Milk Tea	S	61 kcal	0.6g	3.6g	7.6g	0.2g	32mg	
		M	84 kcal	0.8g	4.7g	10.6g	0.2g	43mg	
		L	118 kcal	1.2g	6.7g	14.9g	0.3g	61mg	
	Earl Grey Almond Milk Tea	S	61 kcal	0.5g	3.6g	7.4g	0.2g	51mg	
		M	84 kcal	0.8g	4.9g	10.3g	0.2g	68mg	
		L	118 kcal	1.2g	6.9g	14.5g	0.3g	97mg	
	Brown Sugar Oolong Almond Milk Tea	S	113 kcal	0.5g	3.6g	20.6g	0.2g	39mg	
		M	141 kcal	0.7g	4.7g	25.0g	0.2g	52mg	
		L	222 kcal	1.0g	6.7g	40.9g	0.4g	73mg	
	Brown Sugar Black Almond Milk Tea	S	113 kcal	0.5g	3.6g	20.6g	0.2g	56mg	
		M	141 kcal	0.7g	4.7g	25.0g	0.2g	74mg	
		L	222 kcal	1.0g	6.7g	40.9g	0.4g	105mg	
	Brown Sugar Earl Grey Almond Milk Tea	S	113 kcal	0.5g	3.6g	20.3g	0.2g	51mg	
		M	141 kcal	0.8g	4.9g	24.7g	0.2g	68mg	
		L	222 kcal	1.2g	6.9g	40.4g	0.4g	97mg	
	Almond Milk Tea HOT	Oolong Almond Milk Tea	S	88 kcal	0.9g	5.9g	9.2g	0.3g	65mg
			M	115 kcal	1.1g	7.5g	12.5g	0.4g	82mg
		Black Almond Milk Tea	S	88 kcal	0.9g	5.9g	9.2g	0.3g	93mg
M			115 kcal	1.1g	0.0g	12.5g	0.4g	118mg	
Alishan Oolong Almond Milk Tea		S	88 kcal	1.1g	5.9g	9.1g	0.3g	54mg	
		M	115 kcal	1.3g	7.5g	12.3g	0.4g	68mg	
Earl Grey Almond Milk Tea		S	88 kcal	0.8g	5.9g	8.8g	0.3g	86mg	
		M	115 kcal	1.3g	7.7g	11.9g	0.4g	108mg	
Brown Sugar Oolong Almond Milk Tea		S	155 kcal	0.9g	5.9g	25.8g	0.3g	65mg	
		M	202 kcal	1.1g	7.5g	34.1g	0.4g	82mg	
Brown Sugar Black Almond Milk Tea		S	155 kcal	0.9g	5.9g	25.8g	0.3g	93mg	
		M	202 kcal	1.1g	7.5g	34.1g	0.4g	118mg	
Brown Sugar Earl Grey Almond Milk Tea		S	155 kcal	0.8g	5.9g	25.4g	0.3g	86mg	
		M	202 kcal	1.3g	7.7g	33.6g	0.4g	108mg	

# Nutrition Facts and Caffeine Information

Gong cha Japan Ltd.,

With the exception of non-customizable beverages, the nutritional values provided represent a standard serving with "regular sweetness" (iced beverages include ice).

2026.02.26Ver.

Please note that the information may vary when customized with additional toppings or other modifications.

Nutritional values for toppings and food items are provided per serving. For food items, the sodium equivalent is displayed instead of caffeine content.

The displayed figures are calculated using ingredient data and, in part, analytical results from the Japan Food Research Laboratories, based on standard preparation methods.

All data is subject to periodic updates. Please refer to the most recent update date.

Nutritional information for items not listed is not disclosed. Your understanding is greatly appreciated.

Beverage			Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine
Fruits Tea ICED	Passion Fruit Alishan Tea Ade	S	86 kcal	0.4g	0.0g	21.1g	0.0g	43mg
		M	117 kcal	0.6g	0.0g	28.7g	0.0g	61mg
		L	173 kcal	0.9g	0.0g	42.3g	0.0g	97mg
	Peach Alishan Tea Ade	S	114 kcal	0.8g	1.0g	25.6g	0.0g	43mg
		M	136 kcal	1.0g	1.3g	30.1g	0.0g	61mg
		L	199 kcal	1.6g	2.0g	43.6g	0.0g	97mg
	Mango Alishan Tea Ade	S	87 kcal	0.4g	0.0g	21.3g	0.0g	40mg
		M	113 kcal	0.6g	0.0g	27.6g	0.0g	54mg
		L	159 kcal	0.9g	0.0g	38.8g	0.0g	94mg
GELATEA	Brown Sugar Black GELATEA		278 kcal	1.2g	8.7g	48.8g	0.2g	45mg
	Mango Peach Alishan GELATEA		208kcal	0.5g	0.0g	51.4g	0.0g	30mg
Others	Chocolate Milk ICED	S	190kcal	3.1g	9.1g	24.1g	0.0g	2mg
		M	227kcal	3.7g	10.6g	29.5g	0.1g	2mg
		L	315kcal	5.1g	14.6g	40.9g	0.1g	3mg
	Chocolate Milk HOT	S	346kcal	11.5g	17.1g	36.2g	0.6g	2mg
		M	443kcal	14.2g	21.8g	47.3g	0.8g	3mg
		L	500kcal	18.9g	28.4g	56.1g	1.0g	4mg
	Taro Milk ICED	S	237kcal	6.6g	13.4g	27.6g	0.1g	0mg
		M	280kcal	7.8g	15.6g	33.1g	0.1g	0mg
		L	387kcal	10.7g	21.6g	46.0g	0.1g	0mg
	Taro Milk HOT	S	405kcal	9.1g	19.9g	27.4g	0.8g	0mg
		M	500kcal	10.9g	24.5g	34.3g	0.9g	0mg
		L	605kcal	14.2g	31.8g	43.6g	1.0g	0mg
Kids' Drink Peach		99kcal	0.3g	0.0g	24.6g	0.0g	0mg	
Kids' Drink Milk		165kcal	8.3g	7.8g	15.3g	0.6g	0mg	
Kids' Drink Brown Sugar Milk		223kcal	8.3g	7.8g	29.8g	0.6g	0mg	
Topping			Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine
Topping	Pearl		128 kcal	0.1g	0.1g	31.9g	0.0g	0mg
	Nata de Coco		78 kcal	0.1g	0.1g	19.5g	0.0g	0mg
	Milk Foam		91 kcal	0.9g	6.0g	8.3g	0.3g	0mg
	Aloe		47 kcal	0.0g	0.0g	10.5g	0.0g	0mg
Seasonal Offering			Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine
ICED	Strawberry Almond Jelly Milk Tea	M	407kcal	5.4g	16.4g	42.3g	0.6g	77mg
		L	542kcal	7.5g	24.3g	60.2g	1.8g	115mg
	Strawberry Almond Jelly Almond Milk Tea	M	291kcal	4.6g	10.7g	27.8g	0.6g	48mg
		L	367kcal	6.3g	15.7g	38.4g	1.8g	73mg
	Strawberry Almond Jelly GELATEA		304kcal	4.5g	9.5g	33.0g	0.5g	41mg
	Jasmine Green Tea	S	25 kcal	0.4g	0.0g	5.8g	0.0g	95mg
		M	34 kcal	0.4g	0.0g	8.2g	0.0g	111mg
		L	48 kcal	0.6g	0.0g	11.5g	0.0g	154mg
	Jasmine Green Milk Tea	S	209 kcal	5.8g	11.1g	25.6g	0.1g	77mg
		M	249 kcal	6.8g	13.0g	43.3g	0.1g	90mg
		L	345 kcal	9.4g	18.0g	58.1g	0.1g	124mg
	Jasmine Green Almond Milk Tea	S	62kcal	0.6g	3.6g	7.6g	0.2g	48mg
M		84kcal	0.8g	4.7g	10.7g	0.2g	64mg	
L		119kcal	1.2g	6.7g	15.0g	0.3g	90mg	
HOT	Jasmine Green Tea	S	25 kcal	0.4g	0.0g	5.9g	0.0g	106mg
		M	35 kcal	0.5g	0.0g	8.3g	0.0g	135mg
	Jasmine Green Milk Tea	S	85 kcal	3.7g	3.1g	10.5g	0.2g	106mg
		M	110 kcal	4.6g	3.9g	14.1g	0.3g	135mg
	Jasmine Green Almond Milk Tea	S	89 kcal	1.1g	5.9g	9.2g	0.3g	80mg
		M	116 kcal	1.3g	7.5g	12.5g	0.4g	101mg
トッピング	Strawberry Almond Jelly		108kcal	3.1g	0.6g	5.3g	0.1g	0mg
Food	Matcha Financier		135 kcal	2.2g	8.1g	13.4g	0.1g	0mg

# Nutrition Facts and Caffeine Information

Gong cha Japan Ltd.,

With the exception of non-customizable beverages, the nutritional values provided represent a standard serving with "regular sweetness" (iced beverages include ice).

2026.02.26Ver.

Please note that the information may vary when customized with additional toppings or other modifications.

Nutritional values for toppings and food items are provided per serving. For food items, the sodium equivalent is displayed instead of caffeine content.

The displayed figures are calculated using ingredient data and, in part, analytical results from the Japan Food Research Laboratories, based on standard preparation methods.

All data is subject to periodic updates. Please refer to the most recent update date.

Nutritional information for items not listed is not disclosed. Your understanding is greatly appreciated.

Shop Limited			Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine
ICED	Mango Alishan Milk Tea	S	260 kcal	1.1g	7.1g	47.8g	0.2g	39mg
		M	345 kcal	1.4g	9.4g	63.5g	0.3g	52mg
		L	407 kcal	1.7g	10.5g	76.2g	0.3g	65mg
	Strawberry Earl Grey Milk Tea	S	231 kcal	1.2g	7.5g	39.8g	0.2g	76mg
		M	294 kcal	1.5g	9.4g	50.7g	0.2g	96mg
		L	368 kcal	1.9g	11.9g	63.4g	0.3g	120mg
	Peach Jasmine Green Milk Tea	S	259 kcal	1.5g	7.5g	46.3g	0.2g	65mg
		M	331 kcal	1.9g	9.6g	59.5g	0.3g	83mg
		L	414 kcal	2.3g	9.6g	74.3g	0.3g	103mg
	Uji Matcha Milk Tea	S	234 kcal	6.4g	8.7g	20.4g	0.2g	74mg
		M	279 kcal	7.5g	10.1g	25.2g	0.2g	86mg
		L	385 kcal	10.3g	14.0g	34.9g	0.3g	119mg
	Brown Sugar Uji Matcha Milk Tea	S	286 kcal	6.4g	8.7g	33.3g	0.2g	74mg
		M	336 kcal	7.5g	10.1g	39.5g	0.2g	86mg
L		489 kcal	10.3g	14.0g	60.8g	0.3g	119mg	
	Uji Matcha Frozen Tea		288 kcal	2.1g	28.4g	34.6g	0.2g	98mg
HOT	Uji Matcha Milk Tea	S	252 kcal	9.1g	7.9g	17.0g	0.6g	83mg
		M	318 kcal	11.0g	9.5g	21.6g	0.7g	111mg
	Brown Sugar Uji Matcha Milk Tea	S	304 kcal	9.1g	7.9g	29.9g	0.6g	83mg
		M	376 kcal	11.0g	9.5g	35.9g	0.7g	111mg
Food			Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine
Food	Egg Tart		176 kcal	3.0g	12.0g	14.0g	0.3g	0mg
	Sugar Donut		237 kcal	3.8g	11.2g	29.9g	0.6g	0mg
Shop Limited			Energy	Protein	Fat	Carbohydrate	Sodium Equivalent	Caffeine
Food	New York Cheesecake		230kcal	4.2g	15.5g	18.1g	0.4g	0mg
	Chocolate Gateau		173kcal	3.0g	10.7g	17.1g	0.2g	0mg
	Café sandwich Shrimp & Broccoli		429 kcal	13.1g	21.0g	46.8g	2.1g	0mg
	Mixed Fruit Sandwich		207 kcal	4.7g	5.7g	34.2g	0.6g	0mg
	Café sandwich Salmon&Bacon Avocado		392kcal	12.9g	17.6g	45.3g	1.9g	0mg
	Café sandwich chicken&colorful vegetables		434 kcal	16.5g	20.6g	45.6g	2.4g	0mg
	Café sandwich Bacon Chicken&Pork		329 kcal	12.9g	17.7g	45.3g	1.9g	0mg