



栄養成分に関するご留意事項

- 仕入れ状況により、予告なしに原材料が変更になる場合があります。常に最新の情報をご確認くださいようお願い致します。
-限定商品など本表に記載のない場合がございます。ご了承ください。
-栄養成分値は1食あたりの数値となりますので、2食商品を1貫でご注文いただいた場合は半分の数値をご参考にして頂くようお願い致します。

新フェア・季節定番・ランチセット・コラボ・テイクアウト

Table with columns: 商品名, kcal, g, g, g, g. Rows include items like 50%増量 てりやきハンバーグ, 大切りサーモン, etc.

更新日 2026年6月11日

Table with columns: 商品名, kcal, g, g, g, g. Rows include items like ランチセット A (コク旨醤油ラーメン), コラボ 鬼金棒監修 カラシビ味噌らー麺, etc.

新フェア・季節定番・ランチセット・コラボ・テイクアウト

メニューカテゴリ	商品名	栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
5/28開始フェア	かっぱのまぐろ5種食べ比べ	238	14.9	7.3	28.6	1.1
5/28開始フェア	トロねばまぐろめかぶザク旨ラー油包み	48	2.5	1.6	6.4	0.3
5/28開始フェア	トロねばまぐろめかぶ包み	34	2.4	0.1	6.1	0.2
5/28開始フェア	中とろ	67	3.1	3.7	5.6	0.2
5/28開始フェア	旨出汁まぐろうどん(西日本)	206	15.5	2.2	29.3	2.6
5/28開始フェア	旨出汁まぐろうどん(東日本)	194	13.0	1.8	29.7	2.7
5/28開始フェア	旬ネタ！期間限定5貫セット	299	21.1	10.8	30.0	2.7
5/28開始フェア	大切りとろびんちようまぐろ	41	4.1	0.1	5.7	0.2
5/28開始フェア	大切りとろびんちようまぐろバジル塩レモン	44	4.1	0.4	5.7	0.5
5/28開始フェア	大切りとろびんちようまぐろ浜焼き風	59	4.2	1.8	6.2	0.4
5/28開始フェア	店内仕込！ツナ&感動コーン軍艦	123	3.6	5.6	15.9	0.6
5/28開始フェア	店内仕込！ツナ軍艦	127	4.7	6.3	14.4	0.7
5/28開始フェア	本鯖大とろ	60	2.5	3.2	5.7	0.2
5/28開始フェア	本鯖大とろたく包み	53	2.1	2.5	6.1	0.4
5/28開始フェア	本鯖大とろ塩炙り	60	2.5	3.2	5.7	0.5
5/28開始フェア	のどぐろ塩炙り	25	0.5	0.0	5.6	0.2
春季節定番	生ハム	71	3.9	0.7	12.0	0.8
春季節定番	生ハムオニオンマヨ	103	4.0	4.0	12.8	0.8
春季節定番	生ハムバジル塩レモン	77	3.9	1.3	12.4	1.4
春季節定番	サーモンバジル塩レモン	86	4.1	2.7	11.8	1.0
春季節定番	生えびバジル塩レモン	69	3.7	0.7	11.8	1.0
春季節定番	3種のバジル塩レモン食べ比べ	93	5.5	2.3	13.0	1.5
春季節定番	平貝	32	1.6	0.1	6.1	0.4
春季節定番	桜えびマヨ軍艦	56	1.9	2.6	6.5	0.6
春季節定番	桜えびと釜揚げしらすの紅白軍艦	70	3.8	0.3	12.9	0.9
春季節定番	ほたるいか軍艦	70	3.6	0.5	13.0	0.6
春季節定番	3種の貝食べ比べ	91	4.3	0.2	17.7	0.9
春季節定番	つぶ貝 ししゃもっこせ	33	1.8	0.1	5.8	0.3
春季節定番	牛カルビたっぷりマヨ炙り	165	3.4	12.0	11.3	0.5
春季節定番	3種のまぐろ食べ比べ	113	8.2	1.1	17.0	0.7
春季節定番	3種のサーモン食べ比べ	148	6.2	5.7	17.8	0.7
春季節定番	アスパラ天にぎり	117	2.1	4.0	18.1	0.6
春季節定番	アスパラ天にぎりマヨ	132	2.1	5.7	18.1	0.6
春季節定番	赤いかゲソ マヨ	87	2.6	3.4	11.3	0.5

更新日 2026年6月11日

メニューカテゴリ	商品名	栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
季節限定	柚子胡椒 (小袋)	1	0.0	0.0	0.1	0.3
季節限定	みそだれ (小袋)	19	0.6	0.3	3.5	0.4
VRバンノウ	3種のまぐろ丼	603	31.8	13.6	87.7	3.5
VRバンノウ	サーモンいくら丼	595	27.2	14.0	90.0	4.1
VRバンノウ	まぐろ丼	552	38.5	4.0	87.8	3.7
VRバンノウ	上煮穴子丼	596	20.7	15.7	91.1	4.6
VRバンノウ	大漁！海鮮丼	554	28.5	11.4	83.9	3.7
VRバンノウ	贅沢上まぐろ丼	644	30.5	20.1	86.3	3.7
テイクアウト	贅沢いくらちらし	509	27.8	11.2	73.1	3.4
テイクアウト	まぐろ鉄火ちらし	432	27.9	4.4	67.9	2.9
テイクアウト	いくらサーモンちらし	508	27.4	12.7	70.8	3.0
テイクアウト	9種具材の海鮮ばらちらし	418	19.7	7.3	67.8	2.9
テイクアウト	贅沢9種の海鮮丼	437	22.2	7.7	69.5	3.3
テイクアウト	華やかごちそうオードブル (2~3人前)	2,352	57.4	164.7	154.0	9.9
テイクアウト	TOコク旨醤油ラーメン	338	9.2	14.9	42.1	5.2
テイクアウト	TO鯛スープの塩ラーメン	277	7.4	8.0	43.1	4.2
春季節定番	3種のとろねば軍艦食べ比べ	122	5.3	1.8	21.1	0.9
春季節定番	いくら甘海老マヨかっぱ軍艦	138	4.7	7.3	13.2	0.7
春季節定番	海鮮たたきザク旨ラー油かっぱ軍艦	146	8.3	6.7	13.8	0.7
春季節定番	肉いなり	117	4.1	5.9	12.2	0.5
春季節定番	煮穴子天ちらしいなり	103	3.8	4.0	12.9	0.6
春季節定番	国産 天然あじ	75	5.0	0.8	11.4	0.5
春季節定番	国産 天然あじ塩炙り	75	5.0	0.8	11.4	1.1
春季節定番	北海道産 水たこ	57	2.5	0.1	11.3	0.5
春季節定番	季節の天ぷら盛り合わせ～天つゆ付き～	298	11.8	16.1	26.1	2.1
春季節定番	生ハムと甘海老のサラダ～醤油ドレッシング～	92	7.8	4.0	6.0	2.1
春季節定番	フライドポテト～バジル & マヨ添え～	360	2.6	27.8	23.1	1.3
春季節定番	オクラいかめかぶの冷やし茶碗蒸し	69	6.9	3.5	2.8	1.9
春季節定番	冷やし茶碗蒸し	63	6.3	3.4	1.8	1.8
春季節定番	贅沢 炙り真鯛とおおさの茶碗蒸し	87	10.0	4.5	2.3	2.6
春季節定番	贅沢 大えび天入りうどん	355	13.3	11.9	46.7	3.3
春季節定番	かっぱのシャリドーナツ メロンパン味 (2個)	103	1.4	3.9	15.5	0.3
春季節定番	いちご練乳の杏仁豆腐	176	2.9	9.7	19.3	0.1
春季節定番	まぜまぜシェイク いちご練乳杏仁 & パンナ	390	6.6	20.9	44.1	0.3
春季節定番	ふわもち 北海道産あずき団子	218	3.3	1.1	48.7	0.1



栄養成分に関するご留意事項

- ・仕入れ状況により、予告なしに原材料が変更になる場合があります。常に最新の情報をご確認くださいようお願い致します。
- ・限定商品など本表に記載のない場合がございます。ご了承ください。
- ・栄養成分値は1食あたりの数値となりますので、2買商品を1頁でご注文いただいた場合は半分の数値をご参考にして頂くようお願い致します。

夏季節定番・ごち寿司・おにぎり・アルコール

メニューカテゴリ		栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		キ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
夏季節定番	国産炭焼きかつおたき 香味野菜仕立て	82	7.3	0.3	12.4	0.4
夏季節定番	甘海老マヨかつば軍艦	128	3.5	6.8	12.8	0.7
夏季節定番	海鮮たたきザク旨ラー油 かつば軍艦	132	5.9	6.0	13.6	0.6
夏季節定番	サーモン～夏のトマトガーリック～	86	4.2	2.2	12.3	0.6
夏季節定番	生えび～夏のトマトガーリック～	64	3.0	0.3	12.4	0.6
夏季節定番	生ハム～夏のトマトガーリック～	76	4.0	0.8	13.0	1.0
夏季節定番	夏のトマトガーリック3貫食べ比べ	114	5.6	1.7	19.0	1.1
夏季節定番	ごちそうハンバーグにごちぎり～夏のトマトガーリック～	134	5.0	5.7	15.0	0.9
夏季節定番	キス天にごちぎり	78	3.4	2.8	9.7	0.4
夏季節定番	うなかつばいなり	111	4.7	4.8	12.3	0.6
夏季節定番	うな牛いなり	126	5.3	6.2	12.4	0.6
夏季節定番	茄子の揚げびたし(東日本)	81	1.3	2.7	13.2	0.8
夏季節定番	茄子の揚げびたし(西日本)	82	1.4	2.7	13.1	0.9
夏季節定番	茄子の揚げびたし～とろろのせ～(東日本)	85	1.4	2.7	13.9	0.8
夏季節定番	茄子の揚げびたし～とろろのせ～(西日本)	85	1.5	2.7	13.8	0.9
夏季節定番	贅沢9種の海鮮丼	444	22.3	8.2	69.4	3.2
夏季節定番	贅沢9種の海鮮丼～舍利1.5倍～	594	25.0	8.4	103.2	4.4
夏季節定番	ちよこつと水つゆそうめん	67	1.7	0.4	14.3	0.4
夏季節定番	カニカマきゅうりコーン小鉢	183	2.3	17.6	4.2	0.8
夏季節定番	たらこマヨ オニオンスライス	83	2.1	6.7	3.9	0.8
夏季節定番	蒸しあさり かつお出汁仕立て	76	12.9	1.4	2.1	1.0
夏季節定番	うなぎ冷やし茶わん蒸し	78	6.8	4.0	4.0	1.9
夏季節定番	茄子天盛り～天つゆつき～	140	2.5	7.7	15.7	1.6
夏季節定番	季節の天ぷら盛り合わせ	200	8.9	10.4	17.6	1.8
夏季節定番	贅沢大えび天入りうどん (大えび・茄子・大葉) (東日本)	309	11.3	9.3	43.3	3.0
夏季節定番	贅沢大えび天入りうどん (大えび・茄子・大葉) (西日本)	321	13.7	9.7	42.9	2.9
夏季節定番	フライドポテト～たらこマヨ添え	295	3.4	19.9	24.0	0.6
夏季節定番	夏のトマトガーリックとり唐揚げ	261	9.2	18.9	13.7	1.1
夏季節定番	浜焼き風 かつお	108	7.3	3.4	11.9	0.7
夏季節定番	かつばのジャリドーナツ～ハニココナッツ～	119	1.4	4.5	18.4	0.3
夏季節定番	ジュース・白桃杏仁豆腐	175	2.8	9.4	19.9	0.1
夏季節定番	いちごかき氷&パニライス	146	1.8	5.0	23.4	0.1
夏季節定番	白桃かき氷&パニライス	137	1.7	4.7	22.5	0.1
夏季節定番	ブルーハワイかき氷&パニライス	143	1.6	4.7	23.6	0.1
夏季節定番	ちよこつといちごかき氷	34	0.3	0.3	7.6	0.0
夏季節定番	ちよこつと白桃かき氷	25	0.1	0.0	6.2	0.0

●更新日 2026年6月11日

メニューカテゴリ	商品名	栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		キ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
夏季節定番	ちよこつとブルーハワイかき氷	27	0.0	0.0	6.8	0.0
夏季節定番	いちご&白桃の杏仁デザート	299	4.1	17.1	33.0	0.2
ごち寿司	贅沢うに三昧	104	4.8	1.3	17.8	0.7
ごち寿司	とろ三昧～みなみ鯖中とろ使用～	165	5.7	7.8	16.9	0.9
ごち寿司	贅沢いくら三昧	154	9.8	1.8	25.6	1.3
ごち寿司	贅沢貝三昧	123	7.6	0.7	20.6	1.1
ごち寿司	贅沢軍艦三昧	152	7.6	4.6	20.3	0.8
ごち寿司	とろ三昧～本鯖中とろ使用～	165	8.3	7.2	17.3	0.9
ごち寿司	贅沢人気ネタ三昧	153	10.1	4.0	17.4	0.8
ごち寿司	贅沢 春の彩り寿司三昧	144	8.1	4.9	17.1	1.0
ごち寿司	ごち寿司 夏の彩り3貫	138	8.0	4.1	17.1	0.8
おにぎり	炙り真鯛の塩ラーメン 茶碗蒸し・香ばし炙りおにぎりセット	474	16.4	11.3	73.9	6.9
おにぎり	えび天うどん 茶碗蒸し・香ばし炙りおにぎりセット	479	19.2	12.1	70.0	5.8
おにぎり	香ばし炙りおにぎり	161	2.1	1.9	32.1	1.5
おにぎり	香ばし炙りおにぎり 玉ねぎと油揚げの味噌汁セット	219	5.3	4.1	37.8	3.9
おにぎり	香ばし炙りおにぎり～いかサラダのせ～	217	3.6	6.6	34.4	1.8
おにぎり	香ばし炙りおにぎり～いかサラダのせ～ 玉ねぎと油揚げの味噌汁セット	275	6.8	8.8	40.1	4.2
おにぎり	香ばし炙りおにぎり～たらこのせ～	167	2.7	1.9	32.7	1.7
おにぎり	香ばし炙りおにぎり～たらこのせ～ 玉ねぎと油揚げの味噌汁セット	225	5.9	4.1	38.4	4.1
おにぎり	香ばし炙りおにぎり～いくらのせ～	173	3.5	2.1	33.1	1.7
おにぎり	香ばし炙りおにぎり～いくらのせ～ 玉ねぎと油揚げの味噌汁セット	231	6.7	4.3	38.8	4.1
アルコール	松竹梅 豪快 辛口 (冷酒・熱燗)	182				
アルコール	生シードル (SWEET)	98				
アルコール	生シードル (DRY)	96				
アルコール	アサヒ ゼロ	98				
アルコール	スパークリング清酒 濁	147				
アルコール	真澄 辛口ゴールド	189				
アルコール	玉乃光 酒魂	185				

お客様への
お願い

栄養成分に関するご注意事項

- ・仕入れ状況により、予告なしに原材料が変更になる場合があります。常に最新の情報をご確認くださいようお願い致します。
- ・限定商品など本表に記載のない場合がございます。ご了承ください。
- ・栄養成分値は1食あたりの数値となりますので、2貫商品を1貫でご注文いただいた場合は半分の数値をご参考にして頂くようお願い致します。

定番メニュー

更新日 2026/3/19

メニューカテゴリ		栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
握り	サーモン	80	4.0	2.1	11.3	0.4
	まぐろ	71	5.8	0.2	11.3	0.4
	えび	63	4.6	0.2	11.3	0.5
	びん長まぐろ	74	6.1	0.2	11.3	0.4
	天然むらさきいか	59	2.7	0.2	11.3	0.4
	ねぎとろにぎり	81	4.5	1.7	11.6	0.6
	サラダにぎり	121	3.1	6.5	12.2	0.9
	玉子	110	4.8	2.9	15.6	0.7
	本気シャリ (3貫)	75	1.4	0.1	16.9	0.6
	あかいかがゾ (大葉)	58	2.6	0.2	11.3	0.5
	てりやきハンバーグ	121	4.4	4.7	15.0	1.2
	てりやきハンバーグマヨ	165	4.5	9.5	15.1	1.3
	まぐろ二種盛り (まぐろ・びんちょう)	72	5.9	0.2	11.3	0.4
	まぐろ・サーモン二種盛り	76	4.9	1.2	11.3	0.4
	まぐろ・いか二種盛り	65	4.2	0.2	11.3	0.4
	まぐろ・えび二種盛り	67	5.2	0.2	11.3	0.5
	とろめさば	90	3.6	3.2	11.5	0.6
	さくさくイカ天にぎりマヨ	144	4.3	6.7	16.0	0.7
	えび天にぎりマヨ	161	3.3	9.4	15.5	0.9
	さくさくイカ天にぎり	114	4.3	3.5	16.0	0.6
	えび天にぎり	102	3.1	2.9	15.5	0.8
	オニオンサーモン	83	4.1	2.1	12.1	0.4
	オニオンサーモンマヨ	113	4.2	5.4	12.2	0.5
	サーモンマヨ炙り	110	4.1	5.4	11.3	0.5
	サーモンマヨペッパー炙り	110	4.1	5.4	11.3	0.5
	ステーキ風まぐろ 焦がし醤油	74	5.9	0.2	11.9	0.6
	えびマヨ炙り	93	4.7	3.4	11.3	0.6
	えびマヨペッパー炙り	93	4.7	3.4	11.3	0.6
	浜焼き風 えび	95	4.8	3.4	11.9	0.8
	浜焼き風 あかいかがゾ	90	2.7	3.4	11.9	0.7

メニューカテゴリ	商品名	栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
軍艦	感動コーンかっぱ軍艦	129	1.7	6.4	16.6	0.6
	サラダ感動コーン軍艦	118	2.5	5.4	15.3	0.7
	なっとう軍艦	75	2.7	1.0	13.9	0.6
	卵黄ねぎとろ軍艦	97	4.5	2.8	13.2	0.6
	卵黄とろ軍艦	86	2.4	1.8	15.1	0.5
	ねぎとろ軍艦	85	4.4	1.6	13.1	0.7
	卵黄納豆軍艦	95	3.6	2.6	14.1	0.6
	サラダ軍艦	90	2.2	3.0	13.4	0.7
	かにカマサラダ軍艦	138	2.7	7.7	14.5	0.9
	感動コーン	86	1.5	2.5	14.8	0.5
	たらこ軍艦	68	2.3	0.3	14.0	1.0
	ねぎとろ納豆	92	4.7	1.9	14.0	0.7
	サラダ納豆軍艦	107	3.7	3.9	14.4	0.8
	サラたく軍艦	104	2.6	4.2	14.0	1.1
	オクラいかめかぶ軍艦	65	1.9	0.2	14.1	0.5
	オクラいかめかぶ納豆軍艦	79	3.0	1.1	14.4	0.6
	たらこマヨ軍艦	112	2.4	5.2	14.1	1.1
	まぐたく軍艦	79	3.6	1.2	13.5	0.9
	かにカマサラダかっぱ軍艦	152	2.6	9.3	14.3	0.9
	かにみそ	71	1.9	0.5	14.7	0.6
	かにみそマヨ	114	2.0	5.4	14.6	0.7
	海鮮たたき軍艦	89	5.8	1.6	13.0	0.5
	とびこ軍艦	67	2.3	0.3	13.6	0.8
	海鮮たたきザク旨ラー油軍艦	115	5.6	4.3	13.8	0.6
	海鮮たたきザク旨ラー油マヨ軍艦	149	4.3	8.6	13.8	0.7
	いくら	79	3.5	1.2	13.6	0.6
	特盛いくら	46	4.7	2.1	2.0	0.2
	釜揚げしらす包み	38	2.5	0.2	7.0	0.4
	贅沢いくら三昧	180	11.9	5.0	21.9	1.1
	贅沢うに三昧	194	10.2	2.7	32.9	1.0

定番メニュー

更新日 2026/3/19

メニューカテゴリ		栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
	浜焼き風 玉子	142	4.9	6.1	16.2	1.0
	ねぎとろザク旨ラー油にぎり	95	4.6	3.1	11.9	0.7
	サラダザク旨ラー油にぎり	135	3.2	7.9	12.7	0.9
	小なす浅漬けにぎり	64	1.4	0.1	14.0	1.5
	酢いわし	82	4.7	1.9	11.5	0.6
	活〆寒ぶり・サーモン二種盛り	89	4.6	2.9	11.3	0.4
	活〆寒ぶり・いか二種盛り	78	3.9	1.9	11.3	0.4
	活〆寒ぶり・えび二種盛り	80	4.9	1.9	11.3	0.4
	とろ〆さば炙り	90	3.6	3.2	11.5	0.6
	煮穴子	72	2.7	1.4	12.0	0.5
	大切りまぐろ	82	8.2	0.2	11.3	0.4
	大切りサーモン	95	5.6	3.2	11.3	0.4
	生たこ	59	2.9	0.2	11.3	0.5
	活〆寒ぶりはらみ	60	3.6	2.6	5.7	0.2
	上煮穴子ハーフ	58	2.9	2.2	6.5	0.3
	酢いわし塩炙り	83	4.7	1.9	11.7	1.2
	ぼたて	45	4.2	0.1	6.4	0.3
	大切りまぐろ食べ比べ	85	8.3	0.2	11.9	0.6
	大切りサーモン食べ比べ	97	5.6	3.2	11.3	0.7
	アボカドサーモン	128	4.3	6.7	13.1	0.5
	アボカドえび	111	4.9	4.8	13.1	0.6
	赤えび	38	3.4	0.1	5.6	0.3
	生えび	59	2.9	0.2	11.3	0.4
	とろサーモン	88	4.1	2.7	11.3	0.4
	えんがわ	62	3.3	0.2	11.3	0.4
	活〆寒ぶり(二貫)	98	5.1	3.6	11.3	0.4
	国産炭焼きかつおたたき(二貫)	77	7.1	0.2	11.5	0.4
	活〆真鯛(二貫)	71	4.3	1.0	11.3	0.4
	活〆寒ぶり・えんがわ二種盛り	80	4.2	1.9	11.3	0.4
	活〆寒ぶりはらみ塩炙り	62	3.6	2.7	5.7	0.5
	活〆はまち焦がし醤油炙り	105	5.3	3.6	11.9	0.6

メニューカテゴリ	商品名	栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
おこさま	ごちそうハンバーグにぎり〜ケチャップのせ〜	107	4.6	5.5	9.1	0.6
	角切り野菜ミックス	22	0.4	0.1	4.8	0.2
	野菜入りチキンライス	39	1.1	0.4	7.8	0.2
	おこさまうどん (東日本)	172	5.7	1.9	31.4	2.7
	おこさまうどん (西日本)	197	9.9	2.5	32.0	3.8
	おこさまプレート	178	9.6	2.7	28.5	1.0
	おこさまポテトプレート	264	2.3	14.9	30.1	1.0
	おこさまパンケーキ	118	1.4	5.3	16.3	0.2
	おこさまカレーとハンバーグセット	418	9.4	17.7	54.5	2.7
	おこさまにぎりとハンバーグセット	382	13.5	16.0	45.4	2.0
サイドメニュー	きゅうり醤油ドレッシングマヨ	81	0.9	7.5	2.7	0.6
	きゅうりスライス&カマサラダ小鉢	83	1.7	7.6	2.1	0.5
	枝豆 (60g)	95	7.8	4.6	6.4	0.5
	だし巻き玉子	86	4.0	5.8	4.0	0.6
	温かいだし巻き玉子	86	4.0	5.8	4.0	0.6
	玉ねぎ天盛り	146	2.5	11.9	22.8	0.6
	小なす浅漬け盛り	20	0.7	0.0	4.1	1.6
	茶碗蒸し	61	6.3	3.4	1.4	1.6
	かつお出汁入りあんかけ茶碗蒸し	63	6.3	3.4	1.4	1.6
	玉ねぎと油揚げの味噌汁	59	3.1	2.2	6.4	2.1
	玉ねぎと油揚げの赤だし	57	3.0	2.2	6.0	2.1
	あおさの味噌汁	39	2.2	0.9	5.5	2.3
	あおさの赤だし	36	2.0	0.9	5.0	2.3
	あさりの味噌汁	109	14.7	2.3	5.9	2.7
	あさりの赤だし	107	14.5	2.3	5.5	2.8
	ちよこっとフライドポテト&二段仕込の醤油とり唐揚げ	274	5.8	18.3	21.3	1.0
	二段仕込の醤油とり唐揚げ	373	13.3	28.2	16.7	1.1
	特盛 二段仕込の醤油とり唐揚げ	629	22.3	47.1	29.4	1.8
	特盛 二段仕込の醤油とり唐揚げマヨ	739	22.6	59.2	29.4	2.1
	ちよこっとフライドポテト	145	1.4	8.9	13.8	0.6

定番メニュー

更新日 2026/3/19

メニューカテゴリ		栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
	つぶ貝	61	3.2	0.1	11.5	0.5
	赤貝	58	2.3	0.1	11.6	0.5
	牛カルビ炙り	105	2.9	4.6	12.0	0.5
	肉厚とろろそばの押し寿司	172	6.8	8.5	16.7	1.2
	とろろサーモン塩炙り	88	4.1	2.7	11.3	1.0
	赤えび塩炙り	38	3.4	0.1	5.6	0.6
	大切り蝦夷あわび	40	3.0	0.1	6.4	0.4
	みなみ鯖中とろ	67	3.1	3.7	5.6	0.2
	みなみ鯖中とろ塩炙り	67	3.1	3.7	5.6	0.5
	上煮穴子一本	90	5.3	4.3	7.4	0.4
	えんがわ二枚重ね	73	5.6	0.4	11.3	0.5
	活真鯛塩炙り (二貫)	73	4.3	1.1	11.7	1.0
	炭焼きかつおたたき塩炙り	78	7.1	0.2	11.7	1.0
	うなぎ炙り	48	2.3	1.7	5.9	0.3
	甘海老にぎり	70	4.9	0.4	11.3	0.6
	3種の海鮮天ぷら食べ比べ	202	8.4	6.8	26.2	1.0
	3種の貝食べ比べ	87	3.7	0.2	17.3	0.7
	3種の直火炙り食べ比べ	132	10.5	1.8	18.0	2.9
	いなり	177	5.7	6.3	24.1	1.1
	ごま大葉いなり	186	6.0	7.0	24.4	1.1
包み	大えび天包み	91	4.5	3.1	11.6	0.4
	大えび天包みマヨ	106	4.6	4.8	11.6	0.5
巻物	甘海老包み	41	3.1	0.3	7.0	0.3
	なっとう巻	157	5.7	1.7	30.9	1.2
	かつば巻	133	3.7	0.4	29.9	1.0
	干びょう巻	154	3.6	0.5	34.9	1.2
	えび天巻	169	4.4	6.2	24.1	1.1
	ねぎとろ巻	157	6.5	1.7	29.9	1.2
	鉄火巻	152	8.4	0.4	29.5	1.0

メニューカテゴリ	商品名	栄養成分値 (1食当たり) 推定値				
		ギ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
	フライドポテト	315	3.0	19.4	29.9	1.0
	特盛 フライドポテト〜ケチャップ添え〜	525	5.3	31.3	52.4	2.2
	とろ〜り大玉揚げたご焼き (2個)	197	2.7	13.9	15.2	1.1
	特盛 とろ〜り大玉揚げたご焼き (5個)	479	6.6	33.2	38.4	2.6
	水餃子〜ザク旨ラー油添え〜	182	5.2	9.5	18.9	0.9
	甘がり天盛り	98	1.1	5.9	10.0	1.0
麺類	かけうどん (東日本)	160	4.0	1.5	30.6	2.5
	かけうどん (西日本)	184	8.2	2.2	31.2	3.6
	まぐろ節香るかけうどん (東日本)	150	5.3	0.6	29.4	2.5
	まぐろ節香るかけうどん (西日本)	174	9.5	1.2	30.0	3.6
	きつねうどん (西日本)	229	10.2	4.7	34.6	3.8
	えび天うどん (西日本)	219	10.2	3.9	34.2	3.9
	きつねうどん (東日本)	255	8.2	7.2	37.7	3.0
	えび天うどん (東日本)	194	6.0	3.3	33.7	2.9
	コク旨醤油ラーメン (メンマチャーシュー)	333	9.3	15.0	40.5	5.3
	鯛スープの塩ラーメン (メンマチャーシュー)	273	7.4	8.1	41.6	4.3
	炙り真鯛の塩ラーメン	262	9.4	6.4	41.1	3.9
	鯛スープと国産米粉入りフォー	172	4.6	4.9	26.7	3.9
デザート	パニラアイス	88	1.6	4.7	10.0	0.1
	ミニゼリー (4個)	61	0.1	0.0	15.2	0.1
	さっぱりシューアイス	94	1.8	5.6	8.8	0.1
	しっとりクリームケーキ	111	1.2	6.6	11.7	0.1
	バイクチーズケーキ	165	3.2	11.3	12.4	0.3
	チョコレートケーキ	205	2.7	12.9	19.5	0.1
	プレミアムプリン	164	4.3	9.2	16.0	0.1
	プレミアムホイッププリン	203	4.5	12.5	18.0	0.1
	いちごのプレミアムプリンパフェ	329	5.4	16.7	39.6	0.2
ドリンク	コカ・コーラ (缶)	69	0.0	0.0	17.3	0.0
	ジンジャーエール (缶)	56	0.0	0.0	14.4	0.0

