

							アレルゲン27品目																																
	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)																																	
おろしそば	366	14.6	3.0	70.5	1009	2.5		小麦	そば																											ごま			
おろしうどん	301	9.3	1.6	60.0	1292	3.2		小麦	そば																											ごま			
天ざるそば○春○	591	22.4	17.3	85.9	1078	2.7	卵	小麦	そば			えび																								ごま			
天ざるうどん○春○	525	17.0	15.9	75.0	1362	3.4	卵	小麦	そば			えび																								ごま			
野菜天ざるそば○春○	568	16.8	17.0	87.2	1030	2.6	卵	小麦	そば																											ごま			
野菜天ざるうどん○春○	502	11.5	15.5	76.3	1313	3.3	卵	小麦	そば																											ごま			
天ぷら盛り合わせと特盛りそば○春○	775	27.1	17.5	127.0	1159	2.9	卵	小麦	そば			えび																								ごま			
天ぷら盛り合わせと特盛りうどん○春○	665	18.2	15.1	109.0	1631	4.1	卵	小麦	そば			えび																								ごま			
鴨つけせいろそば	684	26.3	12.7	114.8	1106	2.8		小麦	そば																														
鴨つけせいろうどん	576	17.5	10.3	97.2	1578	4.0		小麦	そば																														
桜えびのころころそば	489	19.2	9.9	81.6	1326	3.3	卵	小麦	そば			えび																								ごま			
桜えびのころころうどん	423	13.8	8.4	70.8	1610	4.0	卵	小麦	そば			えび																								ごま			
黒酢サラダそば	497	22.6	8.6	86.4	2849	7.2	卵	小麦	そば			乳																								ごま			
黒酢サラダうどん	432	17.3	7.2	75.9	3132	8.0	卵	小麦	そば			乳																								ごま			
【得セット】																																							
親子丼セット○温そば○	827	37.3	20.8	116.6	1806	4.6	卵	小麦	そば																												りんご		
親子丼セット○温うどん○	784	33.8	19.8	109.6	1995	5.1	卵	小麦	そば																												りんご		
親子丼セット○冷そば○	826	36.8	20.8	116.9	1235	3.1	卵	小麦	そば																												りんご		
親子丼セット○冷うどん○	781	33.2	19.8	109.5	1424	3.6	卵	小麦	そば																												りんご		
天丼セット○春○温そば○	853	25.3	20.9	136.1	1980	5.0	卵	小麦	そば			えび																								りんご			
天丼セット○春○温うどん○	810	21.8	19.9	129.0	2169	5.5	卵	小麦	そば			えび																								りんご			
天丼セット○春○冷そば○	852	24.7	20.9	136.3	1409	3.6	卵	小麦	そば			えび																								りんご			
天丼セット○春○冷うどん○	807	21.1	20.0	129.0	1598	4.0	卵	小麦	そば			えび																								りんご			
カツ丼セット○温そば○	851	24.8	22.7	133.3	1957	5.0	卵	小麦	そば			乳																									りんご		
カツ丼セット○温うどん○	808	21.2	21.7	126.3	2146	5.5	卵	小麦	そば			乳																									りんご		
カツ丼セット○冷そば○	850	24.2	22.7	133.6	1387	3.5	卵	小麦	そば			乳																									りんご		
カツ丼セット○冷うどん○	805	20.6	21.7	126.3	1576	4.0	卵	小麦	そば			乳																								りんご			
ねぎとろ丼セット○温そば○	701	28.6	11.6	116.3	1317	5.0	卵	小麦	そば																											りんご	ゼラチン	ごま	
ねぎとろ丼セット○温うどん○	658	25.1	10.6	109.2	1506	5.5	卵	小麦	そば																												りんご	ゼラチン	ごま
ねぎとろ丼セット○冷そば○	700	28.1	11.6	116.6	746	3.5	卵	小麦	そば																												りんご	ゼラチン	ごま
ねぎとろ丼セット○冷うどん○	655	24.5	10.6	109.2	936	4.0	卵	小麦	そば																												りんご	ゼラチン	ごま
鴨とじ丼セット○温そば○	704	23.2	14.8	117.1	1622	4.1	卵	小麦	そば																												りんご		
鴨とじ丼セット○温うどん○	660	19.7	13.9	110.1	1811	4.6	卵	小麦	そば																												りんご		
鴨とじ丼セット○冷そば○	703	22.6	14.9	117.4	1051	2.6	卵	小麦	そば																												りんご		
鴨とじ丼セット○冷うどん○	658	19.0	13.9	110.0	1240	3.1	卵	小麦	そば																												りんご		
炙り鮭ハラスといくら丼セット○温そば○	767	26.8	19.4	118.2	1432	5.7	卵	小麦	そば																												りんご	ゼラチン	
炙り鮭ハラスといくら丼セット○温うどん○	724	23.3	18.4	111.1	1621	6.1	卵	小麦	そば																												りんご	ゼラチン	
炙り鮭ハラスといくら丼セット○冷そば○	766	26.3	19.4	118.5	861	4.2	卵	小麦	そば																												りんご	ゼラチン	
炙り鮭ハラスといくら丼セット○冷うどん○	721	22.7	18.4	111.1	1050	4.7	卵	小麦	そば																												りんご	ゼラチン	
大阿蘇鶏のそば○重セット○温そば○	710	26.8	9.4	126.5	1674	4.2	卵	小麦	そば																												りんご		
大阿蘇鶏のそば○重セット○温うどん○	667	23.3	8.4	119.5	1862	4.7	卵	小麦	そば																												りんご		
大阿蘇鶏のそば○重セット○冷そば○	709	26.2	9.4	126.8	1103	2.8	卵	小麦	そば																												りんご		
大阿蘇鶏のそば○重セット○冷うどん○	664	22.6	8.4	119.4	1292	3.3	卵	小麦	そば																												りんご		

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)	アレルギー27品目																													
【お食事セット】																																				
季節の天ぷらと小鉢セット○春○温そば○湯葉ちりめんご飯	742	27.1	22.7	104.7	1572	4.0	卵	小麦	そば											サバ	大豆									りんご				ごま		
季節の天ぷらと小鉢セット○春○温うどん○湯葉ちりめんご飯	709	24.5	22.0	99.4	1714	4.3	卵	小麦	そば											サバ	大豆									りんご				ごま		
季節の天ぷらと小鉢セット○春○冷そば○湯葉ちりめんご飯	751	27.5	22.7	106.6	1453	3.7	卵	小麦	そば											サバ	大豆									りんご				ごま		
季節の天ぷらと小鉢セット○春○冷うどん○湯葉ちりめんご飯	717	24.8	22.0	101.0	1595	4.0	卵	小麦	そば											サバ	大豆									りんご				ごま		
ざるそばセット○春	718	27.2	10.5	127.6	1363	3.4	卵	小麦	そば											サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
ざるうどんセット○春	646	21.4	9.0	115.8	1598	4.0	卵	小麦	そば											サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
天ぷらセットそば○春	700	26.9	16.3	110.0	1824	4.6	卵	小麦	そば											サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
天ぷらセットうどん○春	657	23.3	15.3	103.0	2012	5.1	卵	小麦	そば											サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
鶏と野菜の黒酢あんセット○春○温そば	779	26.6	14.9	132.5	2032	5.1	卵	小麦	そば		乳									サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
鶏と野菜の黒酢あんセット○春○温うどん	736	23.0	14.0	125.4	2220	5.6	卵	小麦	そば		乳									サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
鶏と野菜の黒酢あんセット○春○冷そば	778	26.0	15.0	132.7	1461	3.7	卵	小麦	そば		乳									サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
鶏と野菜の黒酢あんセット○春○冷うどん	733	22.4	14.0	125.4	1650	4.1	卵	小麦	そば		乳									サバ	大豆	鶏肉									りんご				ごま	
【お子様】																																				
お子様カレー○そば○	394	9.2	5.1	77.0	677	1.7		小麦	そば		乳							オレンジ	牛肉		サバ	大豆		豚肉	桃					りんご						
お子様カレー○うどん○	367	7.0	4.5	72.6	795	2.0		小麦	そば		乳							オレンジ	牛肉		サバ	大豆		豚肉	桃					りんご						
お子様ランチ○そば○	430	12.9	7.0	77.3	623	1.6	卵	小麦	そば		乳							オレンジ	牛肉		サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃									ごま		
お子様ランチ○うどん○	403	10.7	6.4	72.9	741	1.9	卵	小麦	そば		乳							オレンジ	牛肉		サバ	大豆	鶏肉	豚肉	桃									ごま		
【ご飯もの】																																				
白ご飯	314	5.4	0.8	68.0	166	0.4		小麦														大豆									りんご					
湯葉ちりめんご飯	334	7.8	1.8	68.9	198	0.5		小麦														大豆									りんご					
とろろご飯	361	7.3	0.9	78.2	373	0.9		小麦														サバ	大豆					山芋				りんご				
ミニ白ご飯	236	4.1	0.6	51.1	165	0.4		小麦														大豆									りんご					
ミニ湯葉ちりめんご飯	251	5.9	1.4	51.8	189	0.5		小麦														大豆									りんご					
ミニとろろご飯	272	5.5	0.7	58.8	322	0.8		小麦														サバ	大豆					山芋				りんご				
【わっぱ飯メニュー】																																				
わっぱメニューには漬物が付きますので栄養成分とアレルギー項目をたしってください。																																				
漬物	2	0.1	0.0	0.5	153	0.4		小麦														大豆									りんご					
【すまし付】																																				
鮭といくらわっぱ飯○ボン酢	414	17.0	7.7	68.7	2395	6.1	卵	小麦			乳							いくら	オレンジ									さけ	サバ	大豆						
すわい蟹といくらわっぱ飯○ボン酢	354	12.8	3.1	68.8	2343	5.9	卵	小麦										かに			オレンジ							サバ	大豆							
真鯛わっぱ飯○ボン酢	368	13.1	4.4	68.6	2152	5.5	卵	小麦													オレンジ							サバ	大豆							
そぼろわっぱ飯○ボン酢	444	17.5	7.2	77.6	2366	6.0	卵	小麦													オレンジ							サバ	大豆	鶏肉						
鮭といくらわっぱ飯○ごま豆乳	496	16.8	18.0	66.1	1948	5.0	卵	小麦			乳							いくら									さけ	サバ	大豆					ごま		
すわい蟹といくらわっぱ飯○ごま豆乳	436	12.5	13.5	66.2	1896	4.8	卵	小麦										かに										サバ	大豆					ごま		
真鯛わっぱ飯○ごま豆乳	450	12.9	14.8	66.0	1705	4.3	卵	小麦																				サバ	大豆					ごま		
そぼろわっぱ飯○ごま豆乳	526	17.3	17.6	75.0	1919	4.9	卵	小麦																				サバ	大豆	鶏肉					ごま	
【ミニそば・うどん付】																																				
鮭といくらわっぱ飯○温そばミニ○ボン酢	577	23.3	8.7	100.2	2573	6.5	卵	小麦	そば		乳							いくら	オレンジ								さけ	サバ	大豆							
鮭といくらわっぱ飯○温うどんミニ○ボン酢	545	20.6	8.0	94.9	2714	6.9	卵	小麦	そば		乳							いくら	オレンジ								さけ	サバ	大豆							
鮭といくらわっぱ飯○冷そばミニ○ボン酢	580	23.0	8.7	101.1	2226	5.6	卵	小麦	そば		乳							いくら	オレンジ								さけ	サバ	大豆							
鮭といくらわっぱ飯○冷うどんミニ○ボン酢	546	20.3	8.0	95.5	2368	6.0	卵	小麦	そば		乳							いくら	オレンジ								さけ	サバ	大豆							
すわい蟹といくらわっぱ飯○温そばミニ○ボン酢	517	19.0	4.2	100.2	2520	6.4	卵	小麦	そば									かに										サバ	大豆							
すわい蟹といくらわっぱ飯○温うどんミニ○ボン酢	485	16.4	3.4	95.0	2662	6.8	卵	小麦	そば									かに										サバ	大豆							
すわい蟹といくらわっぱ飯○冷そばミニ○ボン酢	520	18.8	4.2	101.2	2174	5.5	卵	小麦	そば									かに										サバ	大豆							
すわい蟹といくらわっぱ飯○冷うどんミニ○ボン酢	486	16.1	3.5	95.6	2316	5.9	卵	小麦	そば									かに										サバ	大豆							

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)	アレルゲン27品目																																			
							卵	小麦	そば											オレンジ							サバ	大豆														
真鯛のわっぱ飯○温そばミニ○ポン酢	531	19.4	5.5	100.1	2329	5.9	卵	小麦	そば													オレンジ											サバ	大豆								
真鯛のわっぱ飯○温うどんミニ○ポン酢	499	16.7	4.8	94.8	2471	6.3	卵	小麦	そば														オレンジ											サバ	大豆							
真鯛のわっぱ飯○冷そばミニ○ポン酢	534	19.2	5.5	101.0	1983	5.0	卵	小麦	そば														オレンジ											サバ	大豆							
真鯛のわっぱ飯○冷うどんミニ○ポン酢	500	16.4	4.8	95.4	2125	5.4	卵	小麦	そば														オレンジ											サバ	大豆							
そばろわっぱ飯○温そばミニ○ポン酢	609	23.9	8.3	109.3	2544	6.5	卵	小麦	そば														オレンジ										サバ	大豆	鶏肉							
そばろわっぱ飯○温うどんミニ○ポン酢	577	21.2	7.6	104.0	2686	6.8	卵	小麦	そば														オレンジ										サバ	大豆	鶏肉							
そばろわっぱ飯○冷そばミニ○ポン酢	612	23.7	8.3	110.3	2197	5.6	卵	小麦	そば														オレンジ										サバ	大豆	鶏肉							
そばろわっぱ飯○冷うどんミニ○ポン酢	578	20.9	7.6	104.7	2339	5.9	卵	小麦	そば														オレンジ										サバ	大豆	鶏肉							
鮭といくらのわっぱ飯○温そばミニ○ごま豆乳	660	23.0	19.1	97.6	2126	5.4	卵	小麦	そば		乳									いくら											さけ	サバ	大豆								ごま	
鮭といくらのわっぱ飯○温うどんミニ○ごま豆乳	627	20.4	18.3	92.3	2267	5.8	卵	小麦	そば		乳									いくら											さけ	サバ	大豆								ごま	
鮭といくらのわっぱ飯○冷そばミニ○ごま豆乳	662	22.8	19.1	98.5	1779	4.5	卵	小麦	そば		乳									いくら											さけ	サバ	大豆								ごま	
鮭といくらのわっぱ飯○冷うどんミニ○ごま豆乳	628	20.1	18.4	92.9	1921	4.9	卵	小麦	そば		乳									いくら											さけ	サバ	大豆								ごま	
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○温そばミニ○ごま豆乳	599	18.8	14.5	97.7	2073	5.3	卵	小麦	そば				かに							いくら											サバ	大豆									ごま	
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○温うどんミニ○ごま豆乳	567	16.1	13.8	92.4	2215	5.6	卵	小麦	そば				かに							いくら											サバ	大豆									ごま	
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○冷そばミニ○ごま豆乳	602	18.5	14.5	98.6	1727	4.4	卵	小麦	そば				かに							いくら											サバ	大豆									ごま	
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○冷うどんミニ○ごま豆乳	568	15.8	13.8	93.0	1869	4.7	卵	小麦	そば				かに							いくら											サバ	大豆									ごま	
真鯛のわっぱ飯○温そばミニ○ごま豆乳	613	19.1	15.9	97.5	1882	4.8	卵	小麦	そば																						サバ	大豆									ごま	
真鯛のわっぱ飯○温うどんミニ○ごま豆乳	581	16.5	15.1	92.2	2024	5.1	卵	小麦	そば																						サバ	大豆									ごま	
真鯛のわっぱ飯○冷そばミニ○ごま豆乳	616	18.9	15.9	98.4	1536	3.9	卵	小麦	そば																						サバ	大豆									ごま	
真鯛のわっぱ飯○冷うどんミニ○ごま豆乳	582	16.2	15.1	92.8	1678	4.2	卵	小麦	そば																						サバ	大豆									ごま	
そばろわっぱ飯○温そばミニ○ごま豆乳	691	23.6	18.6	106.7	2097	5.3	卵	小麦	そば																						サバ	大豆	鶏肉								ごま	
そばろわっぱ飯○温うどんミニ○ごま豆乳	659	21.0	17.9	101.5	2239	5.7	卵	小麦	そば																						サバ	大豆	鶏肉								ごま	
そばろわっぱ飯○冷そばミニ○ごま豆乳	694	23.4	18.7	107.7	1750	4.4	卵	小麦	そば																						サバ	大豆	鶏肉								ごま	
そばろわっぱ飯○冷うどんミニ○ごま豆乳	660	20.7	17.9	102.1	1892	4.8	卵	小麦	そば																						サバ	大豆	鶏肉								ごま	
【すまし付+天ぷら付】																																										
鮭といくらのわっぱ飯○天ぷら○ポン酢	707	24.7	22.0	101.6	2780	7.1	卵	小麦			乳	えび								いくら			オレンジ								さけ	サバ	大豆								ごま	
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○天ぷら○ポン酢	647	20.5	17.5	101.7	2728	6.9	卵	小麦				えび	かに							いくら			オレンジ								サバ	大豆									ごま	
真鯛のわっぱ飯○天ぷら○ポン酢	661	20.8	18.8	101.5	2537	6.4	卵	小麦				えび											オレンジ								サバ	大豆									ごま	
そばろわっぱ飯○天ぷら○ポン酢	739	25.3	21.6	110.8	2751	7.0	卵	小麦				えび											オレンジ								サバ	大豆	鶏肉								ごま	
鮭といくらのわっぱ飯○天ぷら○ごま豆乳	789	24.5	32.4	99.0	2333	5.9	卵	小麦			乳	えび								いくら										さけ	サバ	大豆								ごま		
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○天ぷら○ごま豆乳	729	20.2	27.8	99.1	2281	5.8	卵	小麦				えび	かに							いくら										サバ	大豆									ごま		
真鯛のわっぱ飯○天ぷら○ごま豆乳	743	20.6	29.2	98.9	2090	5.3	卵	小麦				えび																		サバ	大豆									ごま		
そばろわっぱ飯○天ぷら○ごま豆乳	821	25.1	32.0	108.2	2304	5.9	卵	小麦				えび																		サバ	大豆	鶏肉								ごま		
【ミニそば・うどん+天ぷら付】																																										
鮭といくらのわっぱ飯○温そばミニと天ぷら○	871	31.0	23.1	133.1	2958	7.5	卵	小麦	そば		乳	えび								いくら			オレンジ							さけ	サバ	大豆									ごま	
鮭といくらのわっぱ飯○温うどんミニと天ぷら○	838	28.3	22.4	127.8	3099	7.9	卵	小麦	そば		乳	えび								いくら			オレンジ							さけ	サバ	大豆									ごま	
鮭といくらのわっぱ飯○冷そばミニと天ぷら○	874	30.7	23.1	134.0	2611	6.6	卵	小麦	そば		乳	えび								いくら			オレンジ							さけ	サバ	大豆									ごま	
鮭といくらのわっぱ飯○冷うどんミニと天ぷら○	839	28.0	22.4	128.4	2753	7.0	卵	小麦	そば		乳	えび								いくら			オレンジ							さけ	サバ	大豆									ごま	
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○温そばミニと天ぷら○	811	26.7	18.6	133.2	2905	7.4	卵	小麦	そば			えび	かに							いくら			オレンジ							サバ	大豆									ごま		
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○温うどんミニと天ぷら○	778	24.1	17.8	127.9	3047	7.7	卵	小麦	そば			えび	かに							いくら			オレンジ							サバ	大豆									ごま		
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○冷そばミニと天ぷら○	813	26.5	18.6	134.1	2558	6.5	卵	小麦	そば			えび	かに							いくら			オレンジ							サバ	大豆									ごま		
ずわい蟹といくらのわっぱ飯○冷うどんミニと天ぷら○	779	23.8	17.8	128.5	2700	6.8	卵	小麦	そば			えび	かに							いくら			オレンジ							サバ	大豆									ごま		
真鯛のわっぱ飯○温そばミニと天ぷら○	825	27.1	19.9	133.0	2714	6.9	卵	小麦	そば			えび											オレンジ							サバ	大豆									ごま		
真鯛のわっぱ飯○温うどんミニと天ぷら○	792	24.5	19.2	127.7	2856	7.2	卵	小麦	そば			えび											オレンジ							サバ	大豆									ごま		
真鯛のわっぱ飯○冷そばミニと天ぷら○	827	26.9	19.9	134.0	2367	6.0	卵	小麦	そば			えび											オレンジ							サバ	大豆									ごま		
真鯛のわっぱ飯○冷うどんミニと天ぷら○	793	24.1	19.2	128.3	2509	6.3	卵	小麦	そば			えび											オレンジ							サバ	大豆									ごま		

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)	アレルゲン27品目																													
そばろわっば飯○温そばミニと天ぷら○	903	31.6	22.7	142.2	2929	7.4	卵	小麦	そば								えび																ごま			
そばろわっば飯○温うどんミニと天ぷら○	870	28.9	21.9	137.0	3071	7.8	卵	小麦	そば								えび																ごま			
そばろわっば飯○冷そばミニと天ぷら○	905	31.4	22.7	143.2	2582	6.5	卵	小麦	そば								えび																ごま			
そばろわっば飯○冷うどんミニと天ぷら○	871	28.6	21.9	137.6	2724	6.9	卵	小麦	そば								えび																ごま			
鮭といくらのわっば飯○温そばミニと天ぷら○ごま豆乳	953	30.7	33.5	130.5	2511	6.4	卵	小麦	そば		乳						えび				いくら					さけ	サバ	大豆						ごま		
鮭といくらのわっば飯○温うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	921	28.1	32.7	125.2	2652	6.7	卵	小麦	そば		乳						えび				いくら					さけ	サバ	大豆						ごま		
鮭といくらのわっば飯○冷そばミニと天ぷら○ごま豆乳	956	30.5	33.5	131.5	2164	5.5	卵	小麦	そば		乳						えび				いくら					さけ	サバ	大豆						ごま		
鮭といくらのわっば飯○冷うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	922	27.8	32.7	125.8	2306	5.8	卵	小麦	そば		乳						えび				いくら					さけ	サバ	大豆						ごま		
ずわい蟹といくらのわっば飯○温そばミニと天ぷら○ごま豆乳	893	26.6	29.0	130.4	2466	6.3	卵	小麦	そば								えび	かに			いくら						サバ	大豆						ごま		
ずわい蟹といくらのわっば飯○温うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	861	23.9	28.2	125.1	2607	6.6	卵	小麦	そば								えび	かに			いくら						サバ	大豆						ごま		
ずわい蟹といくらのわっば飯○冷そばミニと天ぷら○ごま豆乳	896	26.4	29.0	131.4	2119	5.4	卵	小麦	そば								えび	かに			いくら						サバ	大豆						ごま		
ずわい蟹といくらのわっば飯○冷うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	862	23.6	28.3	125.8	2261	5.7	卵	小麦	そば								えび	かに			いくら						サバ	大豆						ごま		
真鯛のわっば飯○温そばミニと天ぷら○ごま豆乳	907	26.9	30.2	130.4	2267	5.7	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆						ごま		
真鯛のわっば飯○温うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	874	24.2	29.5	125.1	2409	6.1	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆						ごま		
真鯛のわっば飯○冷そばミニと天ぷら○ごま豆乳	910	26.6	30.3	131.4	1920	4.9	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆						ごま		
真鯛のわっば飯○冷うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	875	23.9	29.5	125.8	2062	5.2	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆						ごま		
そばろわっば飯○温そばミニと天ぷら○ごま豆乳	985	31.3	33.0	139.7	2482	6.3	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆	鶏肉					ごま		
そばろわっば飯○温うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	952	28.7	32.3	134.4	2624	6.7	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆	鶏肉					ごま		
そばろわっば飯○冷そばミニと天ぷら○ごま豆乳	988	31.1	33.0	140.6	2135	5.4	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆	鶏肉					ごま		
そばろわっば飯○冷うどんミニと天ぷら○ごま豆乳	953	28.4	32.3	135.0	2277	5.8	卵	小麦	そば								えび										サバ	大豆	鶏肉					ごま		
【お茶のじかん】																																				
グリーンティー○ほうろ付き○	91	0.9	0.2	21.3	6	0.0	卵	小麦	そば																											
グリーンティー	78	0.6	0.1	18.8	0	0.0																														
ホット抹茶オーレ○ほうろ付き○	99	1.6	2.0	18.8	31	0.1	卵	小麦	そば		乳																	大豆								
ホット抹茶オーレ	87	1.3	1.9	16.3	25	0.1					乳																	大豆								
アイス抹茶オーレ○ほうろ付き○	151	2.1	5.2	24.2	44	0.1	卵	小麦	そば		乳																	大豆								
アイス抹茶オーレ	139	1.9	5.1	21.7	38	0.1					乳																	大豆								
森半八十八夜銘茶○ほうろ付き○	12	0.3	0.1	2.5	6	0.0	卵	小麦	そば																											
森半八十八夜銘茶	0	0.0	0.0	0.0	0	0.0																														
ホットコーヒー○ほうろ付き○	37	0.4	1.4	5.7	17	0.0	卵	小麦	そば		乳																	大豆								
ホットコーヒー	24	0.2	1.3	3.2	12	0.0					乳																	大豆								
アイスコーヒー○ほうろ付き○	53	0.5	1.4	9.6	55	0.1	卵	小麦	そば		乳																	大豆								
アイスコーヒー	41	0.2	1.3	7.1	49	0.1					乳																	大豆								
アイスティ○ミルク○ほうろ付き	53	0.5	1.4	9.6	28	0.0	卵	小麦	そば		乳																	大豆								
アイスティ○ミルク○	41	0.2	1.3	7.1	22	0.0					乳																	大豆								
アイスティ○レモン○ほうろ付き	41	0.3	0.1	9.6	17	0.0	卵	小麦	そば																											
アイスティ○レモン○	29	0.1	0.0	7.1	11	0.0																														
宇治抹茶香るわらび餅○3個○	99	2.2	1.4	19.9	7	0.0																						大豆								
そば団子ぜんざい	333	6.4	0.7	75.3	1	0.0																														
お抹茶チーズケーキ	192	3.3	12.9	15.6	95	0.2	卵	小麦			乳																	大豆								
お抹茶アイス	126	3.5	3.1	20.6	35	0.1					乳																									
そばアイス	105	2.1	3.3	17.1	25	0.1					そば	乳																大豆								
自家製わらび餅	157	3.6	2.4	31.6	2	0.0																						大豆								
お抹茶アイス入りあんみつ	415	5.7	3.4	93.8	42	0.1					乳																							桃		
そばアイス入りあんみつ	393	4.3	3.5	89.8	32	0.1					そば	乳																大豆						桃		
濃厚お抹茶プリン	222	3.2	14.9	18.9	43	0.1	卵					乳																大豆								
みたらしそば団子	92	1.1	0.2	21.8	111	0.3		小麦	そば																			サバ	大豆							

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)																								
【春メニュー】																														
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯oポン酢	747	21.0	33.6	86.1	3301	8.4			小麦							オレンジ				サバ	大豆									
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温そばミニoポン酢	910	27.3	34.7	117.6	3478	8.8			小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆									
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温うどんミニoポン酢	878	24.7	34.0	112.3	3620	9.2			小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆									
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷そばミニoポン酢	913	27.1	34.7	118.6	3132	7.9			小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆									
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷うどんミニoポン酢	879	24.3	34.0	113.0	3273	8.3			小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆									
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o天ぷらoポン酢	1040	28.7	48.0	119.1	3685	9.3	卵		小麦							オレンジ				サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温そばミニo天ぷらoポン酢	1204	35.0	49.1	150.5	3863	9.8	卵		小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温うどんミニo天ぷらoポン酢	1171	32.4	48.3	145.3	4005	10.1	卵		小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷そばミニo天ぷらoポン酢	1206	34.8	49.1	151.5	3516	8.9	卵		小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷うどんミニo天ぷらoポン酢	1172	32.0	48.3	145.9	3658	9.3	卵		小麦	そば						オレンジ				サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯oごま豆腐乳	829	20.8	44.0	83.6	2854	7.2	卵		小麦											サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温そばミニoごま豆腐乳	992	27.1	45.0	115.0	3031	7.7	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温うどんミニoごま豆腐乳	960	24.4	44.3	109.8	3173	8.0	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷そばミニoごま豆腐乳	995	26.8	45.1	116.0	2685	6.8	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷うどんミニoごま豆腐乳	961	24.1	44.3	110.4	2826	7.2	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o天ぷらoごま豆腐乳	1122	28.5	58.4	116.5	3238	8.2	卵		小麦											サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温そばミニo天ぷらoごま豆腐乳	1286	34.8	59.4	148.0	3416	8.6	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o温うどんミニo天ぷらoごま豆腐乳	1253	32.1	58.7	142.7	3558	9.0	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷そばミニo天ぷらoごま豆腐乳	1289	34.5	59.4	148.9	3069	7.8	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
神戸ポークと新玉ねぎのわっぱ飯o冷うどんミニo天ぷらoごま豆腐乳	1254	31.8	58.7	143.3	3211	8.1	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
長崎鯖と海老天入り季節の天ざるそば	598	23.3	18.9	83.1	1060	2.7	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
長崎鯖と海老天入り季節の天ざるうどん	531	17.9	17.4	72.2	1344	3.4	卵		小麦	そば										サバ	大豆								ごま	
桜海老のかき揚げ丼セットo温そば	904	22.6	28.6	134.4	2152	5.5	卵		小麦	そば										サバ	大豆						りんご		ごま	
桜海老のかき揚げ丼セットo温うどん	861	19.0	27.6	127.3	2341	5.9	卵		小麦	そば										サバ	大豆						りんご		ごま	
桜海老のかき揚げ丼セットo冷そば	903	22.0	28.6	134.7	1581	4.0	卵		小麦	そば										サバ	大豆						りんご		ごま	
桜海老のかき揚げ丼セットo冷うどん	858	18.4	27.6	127.3	1771	4.5	卵		小麦	そば										サバ	大豆						りんご		ごま	
春サラダ	47	1.0	2.7	5.0	150	0.4	卵		小麦	そば																			ごま	
ミニ博多明太ご飯	255	7.3	0.8	52.6	442	1.1			小麦																		りんご			
弥生桜餅o御膳用o	60	0.8	0.1	11.5	0	0.0				そば																				
鶯餅o御膳用o	58	0.7	0.4	12.2	0	0.0				そば			乳																	
弥生桜餅o単品o	118	1.5	0.2	22.6	0	0.0				そば																				
鶯餅o単品o	113	1.3	0.7	23.9	1	0.0				そば			乳																	
【和さらだ】																														
季節の野菜さらだo柚子o	62	3.1	1.7	9.5	323	0.8			小麦	そば											サバ	大豆								
季節の野菜さらだoたまねぎo	72	3.1	2.7	9.6	321	0.8			小麦	そば												サバ	大豆				りんご		ごま	
季節の野菜さらだo胡麻o	50	2.7	1.5	7.2	38	0.1	卵		小麦	そば				乳							サバ	大豆							ごま	
海老と小柱のそばサラダo春o	154	6.2	8.4	13.7	483	1.2	卵		小麦	そば				乳							サバ	大豆								
だしジュレで食べるトマトさらだo春o柚子	56	2.1	1.3	10.0	364	0.9			小麦	そば												サバ	大豆							
だしジュレで食べるトマトさらだo春oたまねぎ	56	2.1	1.3	10.1	362	0.9			小麦	そば												サバ	大豆				りんご		ごま	
だしジュレで食べるトマトさらだo春o胡麻	81	2.3	3.8	10.6	314	0.8	卵		小麦	そば				乳								サバ	大豆						ごま	
そば豆腐さらだo春o柚子	84	3.3	2.8	12.0	435	1.1			小麦	そば												サバ	大豆							
そば豆腐さらだo春oたまねぎ	84	3.3	2.8	12.1	433	1.1			小麦	そば													サバ	大豆			りんご		ごま	
そば豆腐さらだo春o胡麻	109	3.5	5.2	12.6	385	1.0	卵		小麦	そば				乳								サバ	大豆						ごま	

品名	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	ナトリウム(mg)	食塩相当量(g)	アレルゲン27品目																							
							卵	小麦	そば	えび	りんご	ごま	大豆	鶏肉	サバ	りんご	ごま	大豆	鶏肉	サバ	りんご	ごま	大豆	鶏肉	サバ	りんご	ごま			
【うなぎメニュー】																														
うなぎ御膳○温そば○桜餅	819	43.1	38.3	73.3	2386	6.1	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ御膳○温うどん○桜餅	787	40.5	37.5	68.0	2527	6.4	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ御膳○冷そば○桜餅	822	42.9	38.3	74.3	2039	5.2	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ御膳○冷うどん○桜餅	788	40.2	37.5	68.7	2181	5.5	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ・重天ぶらセット○温そば○桜餅	1193	49.6	40.6	152.0	2822	7.2	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ・重天ぶらセット○温うどん○桜餅	1149	46.0	39.6	145.0	3011	7.6	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ・重天ぶらセット○冷そば○桜餅	1192	49.0	40.6	152.3	2252	5.7	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ・重天ぶらセット○冷うどん○桜餅	1147	45.4	39.6	145.0	2441	6.2	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ御膳○温そば○鶯餅	817	43.0	38.5	73.9	2386	6.1	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ御膳○温うどん○鶯餅	785	40.4	37.8	68.7	2528	6.4	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ御膳○冷そば○鶯餅	820	42.8	38.6	74.9	2039	5.2	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ御膳○冷うどん○鶯餅	786	40.0	37.8	69.3	2181	5.5	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆					りんご			ごま
うなぎ・重天ぶらセット○温そば○鶯餅	1200	49.6	40.6	155.7	2823	7.2	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ・重天ぶらセット○温うどん○鶯餅	1157	46.1	39.7	148.7	3012	7.6	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ・重天ぶらセット○冷そば○鶯餅	1171	48.8	39.0	153.0	2245	5.7	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ・重天ぶらセット○冷うどん○鶯餅	1154	45.5	39.7	148.7	2441	6.2	卵	小麦	そば		乳	えび									サバ	大豆	鶏肉				りんご	ゼラチン		ごま
うなぎ・重セット○温そば	873	41.1	25.5	117.7	2353	6.0		小麦	そば												サバ	大豆					りんご			
うなぎ・重セット○温うどん	830	37.6	24.6	110.7	2542	6.5		小麦	そば												サバ	大豆					りんご			
うなぎ・重セット○冷そば	872	40.5	25.6	118.0	1782	4.5		小麦	そば												サバ	大豆					りんご			
うなぎ・重セット○冷うどん	827	36.9	24.6	110.6	1971	5.0		小麦	そば												サバ	大豆					りんご			
【個別販売 定食・セット】																														
生中ビール枝豆	297	11.9	5.8	24.4	511	1.3																大豆								
グラスビールセット惣菜○春○	159	5.0	4.8	12.5	326	0.8	卵	小麦	そば												サバ	大豆								ごま
生中ビールセット惣菜○春○	237	5.6	4.8	18.5	332	0.8	卵	小麦	そば												サバ	大豆								ごま
阪急友の会御膳○温そば○春	773	20.7	17.1	76.8	1836	4.6	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆	鶏肉				りんご			ごま
阪急友の会御膳○温うどん○春	741	18.1	16.3	71.5	1978	5.0	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆	鶏肉				りんご			ごま
阪急友の会御膳○冷そば○春	776	20.5	17.1	77.7	1489	3.8	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆	鶏肉				りんご			ごま
阪急友の会御膳○冷うどん○春	742	17.7	16.4	72.1	1631	4.1	卵	小麦	そば		えび										サバ	大豆	鶏肉				りんご			ごま