

家族亭 栄養成分・アレルギー一覧表（2017年6月19日現在）

お客様各位
 ～一覧をご覧くださいの際は、下記注意事項を必ずご覧下さいませ～

※一覧表記載の栄養成分の数値は、検査機関での分析値を基本とし、一部食材に関しては「五訂増補日本食品標準成分表」による計算値のいずれか、または両方を合わせて算出した数値であり、お客様がお食事をされる時の「目安」として表示させていただいております。

※栄養成分は 1 人前の提供量で表示しております。なお、かけだし・つけだしは全量を飲みほした場合の成分値になります。

※一品メニューの醤油はお好みで使用して頂くため栄養成分・アレルギー一覧に含まれておりません。

※一覧表記載のアレルギー情報は、その料理に使用されているアレルギー27品目について、原材料段階までさかのぼって調査したものです。

※店舗にて製造時、調理の盛付けの際には細心の注意を払っておりますが、アレルギー物質を含む原材料によつての器具の使い分け等を行っていないため、他のアレルギー物質が微量混入するおそれがあります。

※アレルギー物質に対する反応には個人差があり、微量混入でも発症するおそれがあります。判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断いただきますようお願いいたします。

※メニューによっては販売していない店舗もございます。詳しくは、店舗までお問い合わせください。

※商品の改良・規格変更・仕入れ状況に伴い、予告無く使用原材料を変更する場合がございます。情報は随時変更しておりますのでご確認ください。
 * そば販売店舗では、そばを取り扱っておりますので、そばアレルギーのお客様への商品提供はお断りさせていただきます。

メニュー名	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)	アレルギー27品目																														
							卵	小麦	そば	落花生	乳	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	クルミ	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸	桃	山芋	りんご	セラチン	カシューナッツ	ごま				
【単品温麺】																																					
かけそば	295	12.2	2.0	57.4	1348	3.4		小麦	そば																												
かけうどん	241	7.8	0.8	48.6	1584	4.0		小麦	そば																												
きつねそば	355	14.3	5.7	62.2	1449	3.7		小麦	そば																												
きつねうどん	301	9.9	4.5	53.4	1685	4.3		小麦	そば																												
鴨なんばそば	399	17.1	10.7	59.4	1590	4.0		小麦	そば																												
鴨なんばうどん	345	12.7	9.5	50.6	1826	4.6		小麦	そば																												
そう煮そば	576	20.4	8.0	104.4	1592	4.0		小麦	そば																												
そう煮うどん	522	16.0	6.8	95.6	1828	4.6		小麦	そば																												
木の葉そば	367	16.5	5.7	63.1	1709	4.3	卵	小麦	そば																												
木の葉うどん	313	12.1	4.5	54.3	1945	4.9	卵	小麦	そば																												
にしんそば	408	18.8	7.5	66.9	1657	4.2		小麦	そば																											りんご	
にしんうどん	354	14.4	6.3	58.1	1893	4.8		小麦	そば																											りんご	
天ぷらそば○夏○	510	17.8	21.3	66.3	1827	4.6	卵	小麦	そば																												ごま
天ぷらうどん○夏○	456	13.4	20.1	57.5	2063	5.2	卵	小麦	そば																												ごま
だし割りカレーそば	689	20.5	24.9	96.1	2035	5.1		小麦	そば																											りんご	セラチン
だし割りカレーうどん	621	15.0	23.4	85.1	2330	5.9		小麦	そば																											りんご	セラチン
野菜カレーそば	773	22.0	29.8	105.6	2040	5.2		小麦	そば																											りんご	セラチン
野菜カレーうどん	705	16.5	28.3	94.6	2335	5.9		小麦	そば																											りんご	セラチン
蓮根饅頭の湯葉あんかけそば	575	21.9	8.2	104.3	2314	5.9	卵	小麦	そば																												山芋
蓮根饅頭の湯葉あんかけうどん	507	16.4	6.7	93.3	2609	6.6	卵	小麦	そば																												山芋
鍋焼きうどん	565	21.1	11.6	94.5	2197	5.6	卵	小麦	そば																												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)	アレルギー27品目																														
【単品冷麺】																																					
ざるそば	342	13.1	2.5	67.3	668	1.7		小麦	そば															サバ	大豆												
ざるうどん	275	7.7	1.0	56.4	951	2.4		小麦	そば															サバ	大豆												
つけとろろそば	398	15.4	2.5	79.2	1199	3.0	卵	小麦	そば															サバ	大豆					山芋							
つけとろろうどん	333	10.1	1.1	68.7	1482	3.7	卵	小麦	そば															サバ	大豆					山芋							
おろしそば	366	14.6	3.0	70.5	1009	2.5		小麦	そば															サバ	大豆							ごま					
おろしうどん	301	9.3	1.6	60.0	1292	3.2		小麦	そば															サバ	大豆							ごま					
天ざるそば○夏○	576	20.4	18.0	82.6	1177	3.0	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆							ごま					
天ざるうどん○夏○	509	15.1	16.6	71.7	1460	3.7	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆							ごま					
野菜天ざるそば○夏○	611	16.4	23.0	84.4	1037	2.6	卵	小麦	そば															サバ	大豆							ごま					
野菜天ざるうどん○夏○	468	10.6	14.9	69.8	1302	3.3	卵	小麦	そば															サバ	大豆							ごま					
天ぷら盛り合わせと特盛りそば○夏○	836	26.2	24.6	126.6	1221	3.1	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆							ごま					
天ぷら盛り合わせと特盛りうどん○夏○	726	17.3	22.2	108.7	1693	4.3	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆							ごま					
鴨つけせいろそば	684	26.3	12.7	114.8	1106	2.8		小麦	そば															サバ	大豆												
鴨つけせいろうどん	576	17.5	10.3	97.2	1578	4.0		小麦	そば															サバ	大豆												
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												サバ	大豆							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												サバ	大豆							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												サバ	大豆	鶏肉					りんご	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												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ごま					
納豆そば	426	18.9	5.4	76.2	1446	3.6	卵	小麦	そば															サバ	大豆		豚肉										
納豆うどん	361	13.6	4.0	65.7	1730	4.4	卵	小麦	そば															サバ	大豆		豚肉										
十割おろしそば	424	17.3	3.5	81.8	1149	2.9		小麦	そば															サバ	大豆							ごま					
三宝そば	418	17.3	3.5	80.6	1145	2.9		小麦	そば															サバ	大豆							ごま					
大名天ざるそば○夏○	984	37.3	40.7	115.4	2100	5.3	卵	小麦	そば			乳	えび											サバ	大豆	鶏肉						ごま					
大名天ざるうどん○夏○	902	30.6	38.9	101.9	2454	6.2	卵	小麦	そば			乳	えび											サバ	大豆	鶏肉						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															サバ	大豆	鶏肉					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															サバ	大豆	鶏肉					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															サバ	大豆	鶏肉					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															サバ	大豆	鶏肉					りんご						
天丼セット○夏○温そば○	896	24.3	29.2	133.1	2275	5.8	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆						りんご		ごま				
天丼セット○夏○温うどん○	777	20.9	21.2	123.1	2465	6.2	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆						りんご		ごま				
天丼セット○夏○冷そば○	817	23.7	19.0	133.0	1483	3.7	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆						りんご		ごま				
天丼セット○夏○冷うどん○	772	20.1	18.1	125.7	1672	4.2	卵	小麦	そば			えび												サバ	大豆						りんご		ごま				
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												サバ	大豆		豚肉					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												サバ	大豆		豚肉					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												サバ	大豆		豚肉					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												サバ	大豆		豚肉					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)	アレルゲン27品目																								
							卵	小麦	そば		乳	えび								サバ	大豆	鶏肉						りんご	ゼラチン		ごま
季節御膳A○湯葉ちりめん○温そば○日向夏	841	26.0	27.6	124.1	2495	6.3																									
季節御膳A○湯葉ちりめん○温うどん○日向夏	809	23.4	26.9	118.8	2636	6.7																									
季節御膳A○湯葉ちりめん○冷そば○日向夏	838	25.1	25.2	126.5	1749	4.4																									
季節御膳A○湯葉ちりめん○冷うどん○日向夏	805	22.5	24.4	121.2	1891	4.8																									
季節御膳A○明太○温そば○れもん	851	27.7	27.1	125.5	2767	7.0																									
季節御膳A○明太○温うどん○れもん	819	25.1	26.4	120.2	2909	7.4																									
季節御膳A○明太○冷そば○れもん	847	26.8	24.6	127.9	2021	5.1																									
季節御膳A○明太○冷うどん○れもん	815	24.1	23.9	122.6	2163	5.5																									
季節御膳A○明太○温そば○日向夏	846	27.4	27.0	124.9	2760	7.0																									
季節御膳A○明太○温うどん○日向夏	813	24.8	26.3	119.6	2901	7.4																									
季節御膳A○明太○冷そば○日向夏	842	26.5	24.5	127.4	2014	5.1																									
季節御膳A○明太○冷うどん○日向夏	809	23.8	23.8	122.1	2155	5.4																									
季節御膳B○白ご飯○温そば○れもん	769	19.7	23.2	120.7	1942	4.9																									
季節御膳B○白ご飯○温うどん○れもん	736	17.0	22.5	115.4	2083	5.3																									
季節御膳B○白ご飯○冷そば○れもん	765	18.7	20.7	123.1	1196	3.0																									
季節御膳B○白ご飯○冷うどん○れもん	733	16.1	20.0	117.8	1338	3.4																									
季節御膳B○かやく○温そば○れもん	767	15.7	22.6	70.1	1941	4.9																									
季節御膳B○かやく○温うどん○れもん	734	13.0	21.9	64.8	2083	5.3																									
季節御膳B○かやく○冷そば○れもん	763	14.7	20.1	72.5	1195	3.0																									
季節御膳B○かやく○冷うどん○れもん	730	12.1	19.4	67.2	1337	3.4																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○温そば○れもん	784	21.5	23.9	121.3	1966	5.0																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○温うどん○れもん	752	18.8	23.2	116.1	2107	5.3																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○冷そば○れもん	765	18.7	20.7	123.1	1196	3.0																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○冷うどん○れもん	748	17.9	20.7	118.5	1362	3.4																									
季節御膳B○明太○温そば○れもん	788	22.9	23.3	122.2	2231	5.7																									
季節御膳B○明太○温うどん○れもん	756	20.2	22.6	116.9	2372	6.0																									
季節御膳B○明太○冷そば○れもん	783	21.7	20.8	124.4	1482	3.7																									
季節御膳B○明太○冷うどん○れもん	751	19.1	20.1	119.1	1624	4.1																									
季節御膳B○白ご飯○温そば○日向夏	763	19.4	23.1	120.1	1934	4.9																									
季節御膳B○白ご飯○温うどん○日向夏	731	16.7	22.4	114.8	2076	5.3																									
季節御膳B○白ご飯○冷そば○日向夏	759	18.4	20.6	122.5	1188	3.0																									
季節御膳B○白ご飯○冷うどん○日向夏	727	15.8	19.9	117.3	1330	3.4																									
季節御膳B○かやく○温そば○日向夏	761	15.4	22.5	69.5	1933	4.9																									
季節御膳B○かやく○温うどん○日向夏	729	12.7	21.8	64.2	2075	5.3																									
季節御膳B○かやく○冷そば○日向夏	757	14.4	20.0	71.9	1188	3.0																									
季節御膳B○かやく○冷うどん○日向夏	725	11.8	19.3	66.7	1329	3.4																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○温そば○日向夏	776	17.2	23.3	70.2	1957	5.0																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○温うどん○日向夏	744	14.5	22.6	64.9	2099	5.3																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○冷そば○日向夏	757	14.4	20.0	71.9	1188	3.0																									
季節御膳B○湯葉ちりめん○冷うどん○日向夏	740	13.6	20.1	67.3	1353	3.4																									

	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																									
季節御膳B○明太○温そば○日向夏	782	22.6	23.3	121.6	2223	5.6	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳B○明太○温うどん○日向夏	750	19.9	22.5	116.3	2365	6.0	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳B○明太○冷そば○日向夏	778	21.4	20.8	123.8	1475	3.7	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳B○明太○冷うどん○日向夏	745	18.8	20.0	118.5	1616	4.1	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○温そば○れもん	846	26.7	27.9	123.8	2706	6.8	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○温うどん○れもん	803	23.2	26.9	116.8	2895	7.3	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○冷そば○れもん	845	25.8	24.7	127.4	1912	4.8	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○冷うどん○れもん	801	22.3	23.8	120.4	2101	5.3	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○温そば○日向夏	840	26.4	27.8	123.3	2698	6.8	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○温うどん○日向夏	840	26.4	27.8	123.3	2698	6.8	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○冷そば○日向夏	837	25.7	24.7	126.1	1905	4.8	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
季節御膳○三仕切り○冷うどん○日向夏	750	21.0	23.6	110.1	2046	5.1	卵	小麦	そば		乳	えび																りんご	ゼラチン		ごま	
味わい三種のそば御膳○夏○	684	23.6	23.2	95.9	1534	3.9	卵	小麦	そば			えび																山芋			ごま	
そば御膳○夏○温そば	671	21.0	26.6	90.4	1942	4.9	卵	小麦	そば		乳	えび																			ごま	
そば御膳○夏○冷そば	754	25.5	25.0	106.2	1340	3.4	卵	小麦	そば		乳	えび																			ごま	
選べるお食事セット○天ぷら○温そば	997	28.2	34.2	143.4	1913	4.9	卵	小麦	そば			えび																りんご			ごま	
選べるお食事セット○天ぷら○温うどん	965	25.6	33.5	138.1	2055	5.2	卵	小麦	そば			えび																りんご			ごま	
選べるお食事セット○天ぷら○冷そば	998	27.9	31.8	146.4	1388	3.5	卵	小麦	そば			えび																りんご			ごま	
選べるお食事セット○天ぷら○冷うどん	998	27.9	31.8	146.4	1388	3.5	卵	小麦	そば			えび																りんご			ごま	
選べるお食事セット○ハンバーグ○温そば	1006	38.3	28.0	150.5	2296	5.8	卵	小麦	そば		乳									牛肉							りんご	ゼラチン				
選べるお食事セット○ハンバーグ○温うどん	974	35.7	27.3	145.3	2438	6.1	卵	小麦	そば		乳									牛肉							りんご	ゼラチン				
選べるお食事セット○ハンバーグ○冷そば	1007	37.9	25.5	153.6	1771	4.4	卵	小麦	そば		乳									牛肉							りんご	ゼラチン				
選べるお食事セット○ハンバーグ○冷うどん	973	35.2	24.8	148.0	1913	4.8	卵	小麦	そば		乳									牛肉							りんご	ゼラチン				
選べるお食事セット○唐揚げ○温そば	1077	40.9	36.3	144.8	2307	5.8	卵	小麦	そば		乳																りんご			ごま		
選べるお食事セット○唐揚げ○温うどん	1045	38.2	35.6	139.5	2449	6.1	卵	小麦	そば		乳																りんご			ごま		
選べるお食事セット○唐揚げ○冷そば	1078	40.5	33.9	147.8	1782	4.4	卵	小麦	そば		乳																りんご			ごま		
選べるお食事セット○唐揚げ○冷うどん	1043	37.8	33.1	142.2	1924	4.8	卵	小麦	そば		乳																りんご			ごま		
プラスお子様セット○関西○	215	5.9	7.8	31.2	325	0.8	卵	小麦			乳									オレンジ	牛肉						大豆	鶏肉		豚肉		ごま
味わい三宝そば御膳○夏○	885	30.9	29.2	125.6	2359	5.9	卵	小麦	そば			えび																山芋			ごま	
【お子様】																																
お子様カレー○そば○	408	9.2	5.1	80.3	677	1.7		小麦	そば		乳									オレンジ	牛肉							豚肉	桃	りんご		
お子様カレー○うどん○	381	7.0	4.5	75.9	795	2.0		小麦	そば		乳									オレンジ	牛肉							豚肉	桃	りんご		
お子様ランチ○そば○	434	12.6	6.1	81.0	633	1.6	卵	小麦	そば		乳									オレンジ	牛肉							桃			ごま	
お子様ランチ○うどん○	407	10.4	5.5	76.6	751	1.9	卵	小麦	そば		乳									オレンジ	牛肉							桃			ごま	
お子様セット○温そば	609	20.6	18.1	90.1	1040	2.6	卵	小麦	そば		乳	えび								オレンジ	牛肉						大豆	鶏肉	豚肉		ごま	
お子様セット○温うどん	588	18.9	17.6	86.6	1134	2.9	卵	小麦	そば		乳	えび								オレンジ	牛肉						大豆	鶏肉	豚肉		ごま	
お子様セット○冷そば	608	20.4	18.1	90.1	847	2.1	卵	小麦	そば		乳	えび								オレンジ	牛肉						大豆	鶏肉	豚肉		ごま	
お子様セット○冷うどん	587	18.7	17.6	86.5	941	2.4	卵	小麦	そば		乳	えび								オレンジ	牛肉						大豆	鶏肉	豚肉		ごま	
お子様パンケーキセット	381	8.8	12.1	59.7	503	1.3	卵	小麦			乳									オレンジ							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																													
【ご飯もの】																																				
白ご飯	314	5.4	0.8	68.0	166	0.4		小麦													大豆												りんご			
かやくご飯	316	7.7	3.9	60.3	726	1.8		小麦												サバ	大豆	鶏肉										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					
五穀ひじきご飯	322	6.0	1.2	69.0	542	1.4		小麦													大豆										りんご	ごま				
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					
ミニ白ご飯	236	4.1	0.6	51.1	165	0.4		小麦													大豆										りんご					
ミニかやくご飯	237	5.8	2.9	45.4	585	1.4		小麦												サバ	大豆	鶏肉									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						
ミニ五穀ひじきご飯	242	4.5	0.9	51.9	447	1.1		小麦													大豆									りんご	ごま					
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					
ミニ博多明太ご飯	255	7.3	0.8	52.6	442	1.1		小麦													大豆										りんご					
【夏メニュー】																																				
山葵香るめかぶとろろそば	410	16.6	4.0	78.7	1532	3.9	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆								山芋							
山葵香るめかぶとろろうどん	346	11.4	2.6	68.2	1816	4.6	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆							山芋								
海老とはも入り季節の天ざるそば	674	22.5	26.1	86.2	1131	2.9	卵	小麦	そば		えび									サバ	大豆										ごま					
海老とはも入り季節の天ざるうどん	609	17.2	24.7	75.7	1414	3.6	卵	小麦	そば		えび									サバ	大豆										ごま					
瀬戸内檸檬くす餅○単品○	128	2.0	0.2	28.5	16	0.0			そば																											
日向夏みかん餅○単品○	117	1.4	0.1	27.4	1	0.0			そば	乳											大豆															
瀬戸内檸檬くす餅○御膳用○	65	1.0	0.1	14.5	8	0.0			そば																											
日向夏みかん餅○御膳用○	60	0.7	0.1	13.9	1	0.0			そば	乳											大豆															
夏サラダ	62	1.4	3.9	5.5	130	0.3	卵	小麦	そば	乳											大豆	鶏肉										ゼラチン	ごま			
【だし料理・一品】																																				
だしジュレでたべる夏野菜入りポテトサラダ	143	1.9	8.9	14.1	343	0.9	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆	鶏肉										ゼラチン				
はもの天ぷらあんかけ仕立て夏野菜添え	148	9.5	8.3	8.2	239	0.6	卵	小麦												サバ	大豆											ごま				
鶏の竜田揚げと夏野菜の辛味ソース	218	9.1	15.9	8.4	348	0.9		小麦	そば											サバ	大豆	鶏肉										ごま				
夏野菜の揚げびたし	47	0.8	3.5	3.5	157	0.4		小麦												サバ	大豆											ごま				
めかぶとろろ黒酢たれ	18	0.6	0.2	4.1	331	0.8		小麦	そば	乳										サバ	大豆	鶏肉					山芋	りんご			ごま					
きゅうりとわかめの酢の物	42	4.0	0.7	9.3	1339	3.4		小麦			えび									サバ	大豆															
そば豆腐の揚げ出し季節野菜添え	100	1.4	7.0	8.3	267	0.7	卵	小麦	そば											サバ	大豆											ごま				
そば豆腐と季節野菜の田楽	94	1.3	5.4	10.4	164	0.4		小麦	そば											サバ	大豆															
夏野菜のかき揚げ	200	3.9	12.9	16.8	662	1.7	卵	小麦												サバ	大豆											ごま				
オクラ入り出汁巻き玉子	286	22.3	17.8	5.8	1241	3.2	卵	小麦												サバ	大豆															
だし料理セット○夏○	262	12.5	13.9	24.3	1634	4.1	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆	鶏肉									ゼラチン	ごま				
だし料理セット○夏○温そば	441	20.0	17.6	56.7	2714	6.9	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆	鶏肉									ゼラチン	ごま				
だし料理セット○夏○温うどん	409	17.4	16.9	51.4	2855	7.2	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆	鶏肉									ゼラチン	ごま				
だし料理セット○夏○冷そば	442	19.6	15.2	59.7	2189	5.5	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆	鶏肉									ゼラチン	ごま				
だし料理セット○夏○冷うどん	407	16.9	14.4	54.0	2331	5.9	卵	小麦	そば	乳										サバ	大豆	鶏肉									ゼラチン	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																																				
							小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	桃																						
自家製わらび餅	157	3.6	2.4	31.6	2	0.0																																					
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																								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									
揚げたて豆乳パンと食べるいちごアイス	244	4.3	12.1	28.5	211	0.5		小麦		乳																								大豆									
マンゴプリン	144	0.7	4.4	26.8	15	0.1				乳																								大豆									
コーヒーゼリー	94	0.5	2.7	17.4	12	0.0				乳																																	
コーヒーゼリーとそばアイスのパフェ	157	1.4	5.1	26.9	34	0.1		小麦	そば	乳																								大豆									
フォンダンショコラ	227	3.5	14.5	19.9	83	0.2		小麦		乳																								大豆	ゼラチン								
ふんわりいちごムース	143	3.0	7.6	16.0	69	0.2				乳																									ゼラチン								
いちごアイスとふんわりムースパフェ	258	4.5	12.7	31.4	110	0.3		小麦		乳																								大豆	ゼラチン								
ふんわりチョコムース	153	4.0	8.3	16.2	62	0.1				乳	落花生																								大豆	ゼラチン							
ブラウニーチョコアイスとふんわりムースパフェ	353	7.8	18.5	39.7	99	0.2		小麦		乳	落花生																								大豆	ゼラチン							
練乳シャーベットとふんわりいちごムース	228	4.2	9.7	31.1	96	0.3		小麦		乳																									大豆	ゼラチン							
【和さらだ】																																											
季節の野菜さらだ○柚子○	104	7.3	3.0	23.5	2007	5.1		小麦	そば			えび																							サバ	大豆							
季節の野菜さらだ○たまねぎ○	105	7.3	3.0	23.6	2006	5.1		小麦	そば			えび																								サバ	大豆	りんご	ごま				
季節の野菜さらだ○胡麻○	130	7.5	5.5	24.1	1958	5.0		小麦	そば	乳		えび																								サバ	大豆	ごま					
海者と小柱のそばサラダ○夏○	159	6.4	8.4	14.9	486	1.2		小麦	そば	乳		えび																								サバ	大豆						
だしジュレで食べるトマトさらだ○夏○柚子	56	2.2	1.3	10.2	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○夏○たまねぎ	57	2.2	1.3	10.3	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○夏○胡麻	82	2.4	3.8	10.8	314	0.8		小麦	そば	乳																										サバ	大豆	ごま					
そば豆腐さらだ○夏○柚子	87	3.0	3.2	12.7	422	1.1		小麦	そば																											サバ	大豆						
そば豆腐さらだ○夏○たまねぎ	97	3.0	4.2	12.8	420	1.1		小麦	そば																											サバ	大豆	りんご	ごま				
そば豆腐さらだ○夏○胡麻	113	3.2	5.7	13.3	372	0.9		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	ごま				
【おすすめメニュー】																																											
とろろ御膳○夏○温そば○	693	17.4	20.9	110.6	2002	5.1		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉	山芋	りんご	ゼラチン	ごま
とろろ御膳○夏○温うどん○	660	14.8	20.1	105.3	2143	5.4		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉	山芋	りんご	ゼラチン	ごま
とろろ御膳○初夏○冷そば○	693	17.0	18.4	113.6	1477	3.7		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉	山芋	りんご	ゼラチン	ごま
とろろ御膳○夏○冷うどん○	659	14.3	17.7	108.0	1619	4.1		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉	山芋	りんご	ゼラチン	ごま
鶏そぼろと季節野菜のごまだれそば	748	20.1	38.3	81.1	1524	3.8		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉	豚肉		ごま	
鶏そぼろと季節野菜のごまだれうどん	684	14.8	36.8	70.5	1807	4.6		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉	豚肉		ごま	
唐揚げセット○温そば	747	29.2	19.3	110.1	1835	4.6		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉		りんご		ごま
唐揚げセット○温うどん	704	25.7	18.4	103.0	2024	5.1		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉		りんご		ごま
唐揚げセット○冷そば	746	28.7	19.4	110.4	1265	3.1		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉		りんご		ごま
唐揚げセット○冷うどん	701	25.1	18.4	103.0	1454	3.6		小麦	そば	乳																											サバ	大豆	鶏肉		りんご		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)	アレルギー27品目																								
【おだしで味わうごはんメニュー○夏○】																															
それぞれのセットメニュー（基本）の値に、セレクトになっている★ご飯・◆スープ（温・冷麺）・♥ドレッシングのそれぞれの値をたしてください。																															
●基本																															
鶏と野菜の甘酢タレセット	549	26.0	30.4	41.1	934	2.3	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					セラチン	ごま		
豚肉と野菜の生姜焼セット	379	17.3	16.3	40.6	747	1.9	卵	小麦	そば	乳					オレンジ						サバ	大豆	鶏肉	豚肉					セラチン	ごま	
豚肉と野菜のおだし蒸しセット	547	17.5	34.8	39.2	1638	4.1	卵	小麦	そば	乳					オレンジ						サバ	大豆	鶏肉	豚肉					セラチン	ごま	
鶏とお野菜の玉ねぎソースセット	526	25.0	27.0	44.1	915	2.3	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	セラチン	ごま	
チキン南蛮セット	764	32.9	48.1	46.9	1081	2.7	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	セラチン	ごま	
鶏のてり焼きセット	615	33.1	31.6	47.6	1361	3.4	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉						セラチン	ごま	
豚肉とごろっと野菜のハニーマスタードセット	585	14.9	34.6	52.5	732	1.8	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉	豚肉				りんご	セラチン	ごま	
豚肉とごろっと野菜のホワイトソースセット	601	29.2	34.0	44.3	656	1.6	卵	小麦	そば	乳	えび									さけ	サバ	大豆	鶏肉						セラチン	ごま	
サーモンカツセット	746	31.2	40.1	63.4	782	2.0	卵	小麦	そば	乳										さけ	サバ	大豆	鶏肉						りんご	セラチン	ごま
ハンバーグとチキンのトマトソースセット	664	28.5	32.8	63.4	1704	4.1	卵	小麦	そば	乳											牛肉	サバ	大豆	鶏肉	豚肉				りんご	セラチン	ごま
ハンバーグとチキンのおろしポン酢	573	27.0	28.7	51.0	1895	4.7	卵	小麦	そば	乳					オレンジ						牛肉	サバ	大豆	鶏肉	豚肉					セラチン	ごま
ハンバーグとチキンのデミグラスソース	620	28.6	30.3	57.5	1272	3.2	卵	小麦	そば	乳											牛肉	サバ	大豆	鶏肉	豚肉				りんご	セラチン	ごま
鶏のカリッと焼きハニーマスタードセット	702	29.8	41.6	49.1	1311	3.2	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉						りんご	セラチン	ごま
鶏のすき焼きセット	741	31.7	40.2	61.1	1927	4.9	卵	小麦	そば	乳											牛肉	サバ	大豆	鶏肉	豚肉					セラチン	ごま
★ご飯																															
白ご飯	236	4.1	0.6	51.1	165	0.4		小麦														大豆							りんご		
五穀ひじきご飯	242	4.5	0.9	51.9	447	1.1		小麦														大豆							りんご		ごま
◆スープ（温・冷麺）																															
セット温そば	90	3.7	0.6	17.5	602	1.5		小麦	そば													サバ	大豆								
セット温うどん	74	2.4	0.2	14.9	673	1.7		小麦	そば													サバ	大豆								
セット冷そば	90	3.4	0.6	17.6	222	0.6		小麦	そば													サバ	大豆								
セット冷うどん	72	2.0	0.3	14.6	294	0.7		小麦	そば													サバ	大豆								
セット玉ねぎスープ	27	1.1	0.2	5.4	299	0.8		小麦	そば													サバ	大豆								
♥セレクトドレッシング																															
たまねぎドレッシング	21	0.4	1.1	2.4	283	0.7		小麦														サバ	大豆						りんご		ごま
胡麻ドレッシング	46	0.6	3.6	2.9	235	0.6	卵	小麦		乳												サバ	大豆								ごま
柚子ドレッシング	20	0.3	1.2	2.1	286	0.7		小麦														サバ	大豆								
【セット】																															
きつねセット○夏○温そば○	651	15.5	12.0	67.3	1759	4.5	卵	小麦	そば		えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご		ごま
きつねセット○夏○温うどん○	608	12.0	11.0	60.3	1948	4.9	卵	小麦	そば		えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご		ごま
きつねセット○夏○冷そば○	647	14.7	8.8	69.9	966	2.4	卵	小麦	そば		えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご		ごま
きつねセット○夏○冷うどん○	604	11.2	7.9	62.8	1155	2.9	卵	小麦	そば		えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご		ごま
山菜セット○夏○温そば○	626	15.9	9.5	66.6	1870	5.1		小麦	そば													サバ	大豆	鶏肉					りんご		ごま
山菜セット○夏○温うどん○	582	12.4	8.5	59.6	2059	5.6		小麦	そば													サバ	大豆	鶏肉					りんご		ごま
山菜セット○夏○そば○	621	15.1	6.4	69.2	1077	3.1		小麦	そば													サバ	大豆	鶏肉					りんご		ごま
山菜セット○夏○冷うどん○	578	11.6	5.4	62.1	1266	3.6		小麦	そば													サバ	大豆	鶏肉					りんご		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																							
							卵	小麦	そば																					
とろろセット○夏○温そば	633	22.2	13.7	107.9	2113	5.3	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉					山芋	りんご			ごま
とろろセット○夏○温うどん	590	18.7	12.8	100.9	2302	5.8	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉					山芋	りんご			ごま
とろろセット○夏○冷そば	629	21.5	10.6	110.8	1320	3.3	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉					山芋	りんご			ごま
とろろセット○夏○冷うどん	584	17.9	9.7	103.5	1509	3.8	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉					山芋	りんご			ごま
かやくセット○夏○温そば	607	17.0	13.5	50.8	1948	4.9	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉						りんご			ごま
かやくセット○夏○温うどん	564	13.5	12.6	43.7	2137	5.4	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉						りんご			ごま
【和さらだとおどんぶりセット】																														
和さらだと親子丼セット○スープ○	711	31.6	24.3	87.3	1466	3.7	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉						りんご			
和さらだと親子丼セット○温そば○	765	33.9	25.4	97.0	2044	5.2	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉						りんご			
和さらだと親子丼セット○温うどん○	754	33.0	25.2	95.2	2091	5.3	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉						りんご			
和さらだと親子丼セット○冷そば○	769	33.9	24.0	99.4	1732	4.4	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉						りんご			
和さらだと親子丼セット○冷うどん○	756	32.9	23.7	97.3	1779	4.5	卵	小麦	そば										サバ	大豆	鶏肉						りんご			
和さらだと天丼セット○スープ○	640	17.6	17.9	99.6	1572	4.0	卵	小麦	そば			えび							サバ	大豆							りんご			ごま
和さらだと天丼セット○温そば○	682	19.5	18.9	107.0	1865	4.7	卵	小麦	そば			えび							サバ	大豆							りんご			ごま
和さらだと天丼セット○温うどん○	671	18.6	18.6	105.3	1912	4.8	卵	小麦	そば			えび							サバ	大豆							りんご			ごま
和さらだと天丼セット○冷そば○	708	19.9	18.6	112.2	1840	4.6	卵	小麦	そば			えび							サバ	大豆							りんご			ごま
和さらだと天丼セット○冷うどん○	673	18.6	17.2	107.4	1600	4.0	卵	小麦	そば			えび							サバ	大豆							りんご			ごま
和さらだとかつ丼セット○スープ○	934	34.7	36.3	112.7	1841	4.7	卵	小麦	そば		乳								サバ	大豆		豚肉					りんご			
和さらだとかつ丼セット○温そば○	977	36.6	37.3	120.1	2134	5.4	卵	小麦	そば		乳								サバ	大豆		豚肉					りんご			
和さらだとかつ丼セット○温うどん○	966	35.7	37.1	118.3	2181	5.5	卵	小麦	そば		乳								サバ	大豆		豚肉					りんご			
和さらだとかつ丼セット○冷そば○	981	36.6	35.9	122.6	1822	4.6	卵	小麦	そば		乳								サバ	大豆		豚肉					りんご			
和さらだとかつ丼セット○冷うどん○	968	35.6	35.6	120.4	1870	4.7	卵	小麦	そば		乳								サバ	大豆		豚肉					りんご			
和さらだとなぎとろ丼セット○スープ○	676	30.4	20.2	90.6	2074	5.3	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
和さらだとなぎとろ丼セット○温そば○	712	32.0	20.9	97.2	2249	5.7	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
和さらだとなぎとろ丼セット○温うどん○	702	31.1	20.7	95.4	2296	5.8	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
和さらだとなぎとろ丼セット○冷そば○	723	32.4	19.5	100.9	2157	5.5	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
和さらだとなぎとろ丼セット○冷うどん○	711	31.5	19.2	98.9	2205	5.6	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
和さらだと鴨とじ丼セット○スープ○	762	31.7	29.1	91.2	1826	4.6	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご			
和さらだと鴨とじ丼セット○温そば○	798	33.3	29.8	97.7	2002	5.1	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご			
和さらだと鴨とじ丼セット○温うどん○	788	32.4	29.6	96.0	2049	5.2	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご			
和さらだと鴨とじ丼セット○冷そば○	809	33.8	28.4	101.5	1910	4.9	卵	小麦	そば										サバ	大豆							りんご			
和さらだと鴨とじ丼セット○冷うどん○	796	32.8	28.1	99.4	1957	5.0	卵	小麦	そば										サバ	大豆							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)	アレルゲン27品目																							
							卵	小麦	そば	乳	えび	かに	いくら	さけ	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	りんご	ゼラチン	ごま									
【選べるどんぶりと麺セット】																														
選べる親子丼セット○れもん	643	28.8	23.0	74.2	817	2.1	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
選べる天丼セット○れもん	709	15.7	28.2	93.3	1051	2.7	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
選べるねぎとろ丼セット○れもん	599	26.9	19.5	74.4	1022	2.6	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
選べるかつ丼セット○れもん	854	31.5	34.9	97.3	907	2.3	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉	豚肉				りんご	ゼラチン	ごま
選べる鴨とじ丼セット○れもん	683	28.1	28.4	74.5	622	1.6	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					ゼラチン	ごま	
炙りサーモンハラスといくら丼セット○れもん	582	18.1	21.5	76.5	1057	3.1	卵	小麦	そば	乳					いくら					さけ	サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
選べる親子丼セット○日向夏	637	28.5	22.9	73.6	809	2.1	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
選べる天丼セット○日向夏	703	15.4	28.2	92.7	1044	2.6	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
選べるねぎとろ丼セット○日向夏	594	26.6	19.4	73.9	1014	2.6	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
選べるかつ丼セット○日向夏	849	31.2	34.8	96.8	899	2.3	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉	豚肉				りんご	ゼラチン	ごま
選べる鴨とじ丼セット○日向夏	677	27.8	28.3	74.0	614	1.6	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					ゼラチン	ごま	
炙りサーモンハラスといくら丼セット○日向夏	576	17.8	21.4	76.0	1049	3.1	卵	小麦	そば	乳					いくら					さけ	サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
安芸しらす丼セット○日向夏	430	14.6	6.8	75.4	1339	3.4	卵	小麦	そば	乳	えび	かに			いくら						サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
うな丼セット○日向夏	654	30.0	25.6	74.5	1305	3.3	卵	小麦	そば	乳												大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
上記のメニューに下記の選べる麺の値を足してください。																														
選べるかけそば	217	8.8	1.5	42.4	903	2.3		小麦	そば												サバ	大豆								
選べる炙りきつねそば	295	11.9	6.8	46.8	996	2.5		小麦	そば												サバ	大豆								
選べる湯葉そば	239	10.8	2.8	42.7	926	2.4		小麦	そば												サバ	大豆								
選べるおろしそば	221	8.6	1.6	43.7	560	1.4		小麦	そば						いくら						サバ	大豆								
選べるかけうどん	177	5.5	0.6	35.8	1080	2.7		小麦	そば												サバ	大豆								
選べる炙りきつねうどん	255	8.6	5.9	40.2	1173	3.0		小麦	そば												サバ	大豆								
選べる湯葉うどん	198	7.5	1.9	36.1	1103	2.8		小麦	そば												サバ	大豆								
選べるおろしうどん	181	5.3	0.7	37.1	737	1.9		小麦	そば						いくら						サバ	大豆								
【おそばやさんのお食事セット】																														
季節の天ぷらセット○温そば○ひじき○夏	913	25.0	33.6	128.5	2114	5.4	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
季節の天ぷらセット○温うどん○ひじき○夏	881	22.3	32.9	123.2	2256	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
季節の天ぷらセット○冷そば○ひじき○夏	914	24.6	31.1	131.5	1590	4.0	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
季節の天ぷらセット○冷うどん○ひじき○夏	879	21.9	30.4	125.9	1731	4.4	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
季節の天ぷらセット○温そば○白ご飯○夏	907	24.6	33.3	127.7	1832	4.6	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
季節の天ぷらセット○温うどん○白ご飯○夏	875	21.9	32.6	122.4	1974	5.0	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
季節の天ぷらセット○冷そば○白ご飯○夏	908	24.2	30.8	130.7	1308	3.3	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
季節の天ぷらセット○冷うどん○白ご飯○夏	874	21.5	30.1	125.1	1450	3.7	卵	小麦	そば	乳	えび										サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○温そば○ひじき○夏	842	30.8	26.0	121.3	2176	5.5	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○温うどん○ひじき○夏	810	28.1	25.3	116.0	2318	5.8	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○冷そば○ひじき○夏	843	30.4	23.5	124.3	1651	4.1	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○冷うどん○ひじき○夏	808	27.7	22.8	118.7	1793	4.5	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○温そば○白ご飯○夏	836	30.4	25.7	120.5	1894	4.8	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○温うどん○白ご飯○夏	804	27.7	25.0	115.2	2036	5.1	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○冷そば○白ご飯○夏	837	30.0	23.3	123.5	1369	3.4	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
唐揚げセット○冷うどん○白ご飯○夏	803	27.3	22.5	117.9	1511	3.8	卵	小麦	そば	乳											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	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																											
							卵	小麦	そば	乳																								
【個店別販促 定食・セット】																																		
蕎麦御膳○夏○温そば	656	12.0	19.8	53.0	1818	4.6	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
蕎麦御膳○夏○温うどん	624	9.3	19.1	47.7	1960	5.0	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
蕎麦御膳○夏○冷そば	657	11.6	17.3	56.0	1293	3.3	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
蕎麦御膳○夏○冷うどん	623	8.9	16.6	50.4	1435	3.6	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
鶏と野菜の黒酢あん定食○夏○温そば	779	25.8	20.0	125.2	2072	5.2	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
鶏と野菜の黒酢あん定食○夏○温うどん	747	23.2	19.3	119.9	2214	5.6	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
鶏と野菜の黒酢あん定食○夏○冷そば	780	25.4	17.5	128.2	1547	3.9	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
鶏と野菜の黒酢あん定食○夏○冷うどん	745	22.7	16.8	122.6	1689	4.2	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
白身魚と野菜の黒酢あん定食○夏○温そば	734	27.0	14.4	125.7	2269	5.8	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
白身魚と野菜の黒酢あん定食○初夏○温うどん	702	24.3	13.7	120.4	2410	6.1	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
白身魚と野菜の黒酢あん定食○夏○冷そば	735	26.6	11.9	128.7	1744	4.4	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
白身魚と野菜の黒酢あん定食○夏○冷うどん	701	23.9	11.2	123.1	1886	4.8	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
海老と季節野菜の天ぷらセット○夏○温そば	807	18.4	31.3	57.4	1837	4.7	卵	小麦	そば	乳	えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
海老と季節野菜の天ぷらセット○夏○温うどん	775	15.8	30.6	52.1	1979	5.0	卵	小麦	そば	乳	えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
海老と季節野菜の天ぷらセット○初夏○冷そば	808	18.0	28.9	60.4	1312	3.3	卵	小麦	そば	乳	えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
海老と季節野菜の天ぷらセット○夏○冷うどん	773	15.3	28.1	54.8	1454	3.7	卵	小麦	そば	乳	えび											サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
唐揚げ定食○夏○温うどん	704	21.6	23.0	44.8	2029	5.1	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
唐揚げ定食○夏○温そば	736	24.2	23.7	50.1	1887	4.7	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
唐揚げ定食○夏○冷そば	737	23.9	21.3	53.1	1362	3.4	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
唐揚げ定食○夏○冷うどん	702	21.1	20.5	47.5	1504	3.8	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま			
豚丼セット○夏○温そば○	1102	31.4	49.6	129.1	2609	6.6	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
豚丼セット○夏○温うどん○	1059	27.8	48.6	122.0	2798	7.1	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
豚丼セット○夏○冷そば○	1098	30.6	46.5	131.9	1815	4.6	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
豚丼セット○夏○冷うどん○	1053	27.0	45.5	124.6	2004	5.1	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
湘南みやじ豚のとなかつセット○玉ねぎスープ○	805	24.3	42.4	78.1	1434	3.6	卵	小麦	そば	乳	えび	かに									さけ	サバ	大豆		豚肉					りんご		ごま		
湘南みやじ豚のとなかつセット○温そば○	848	26.2	43.4	85.5	1727	4.4	卵	小麦	そば	乳	えび	かに									さけ	サバ	大豆		豚肉					りんご		ごま		
湘南みやじ豚のとなかつセット○温うどん○	837	25.3	43.1	83.8	1775	4.5	卵	小麦	そば	乳	えび	かに									さけ	サバ	大豆		豚肉					りんご		ごま		
湘南みやじ豚のとなかつセット○冷そば○	852	26.2	41.9	88.0	1416	3.6	卵	小麦	そば	乳	えび	かに									さけ	サバ	大豆		豚肉					りんご		ごま		
湘南みやじ豚のとなかつセット○冷うどん○	839	25.2	41.7	85.9	1463	3.7	卵	小麦	そば	乳	えび	かに									さけ	サバ	大豆		豚肉					りんご		ごま		
湘南みやじ豚のカツ丼セット○温そば○	1095	38.7	50.2	118.0	1951	5.0	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
湘南みやじ豚のカツ丼セット○温うどん○	1062	36.1	49.5	112.7	2093	5.3	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
湘南みやじ豚のカツ丼セット○冷そば○	1095	38.3	47.7	121.0	1426	3.6	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
湘南みやじ豚のカツ丼セット○冷うどん○	1063	35.7	47.0	115.7	1568	4.0	卵	小麦	そば	乳												サバ	大豆	鶏肉	豚肉					りんご	ゼラチン	ごま		
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○夏○	166	4.7	5.7	12.2	316	0.8	卵	小麦	そば													サバ	大豆									ごま		
生中ビールセット惣菜○夏○	244	5.3	5.7	18.2	322	0.8	卵	小麦	そば													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)	アレルギー27品目																							
							卵	小麦	そば													サバ	大豆							
季節の天丼セット○温そば○梅地下店のみ	811	23.9	21.8	129.1	2255	5.7	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
季節の天丼セット○温うどん○梅地下店のみ	768	20.3	20.9	122.0	2444	6.2	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
季節の天丼セット○冷そば○梅地下店のみ	808	23.1	18.8	132.0	1462	3.7	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
季節の天丼セット○冷うどん○梅地下店のみ	762	19.5	17.8	124.6	1651	4.2	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
阪急友の会天ぷら御膳○夏○温そば	841	26.2	22.5	138.6	3126	7.9	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
阪急友の会天ぷら御膳○夏○温うどん	797	22.7	21.5	131.6	3315	8.4	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
阪急友の会天ぷら御膳○夏○冷そば	584	18.5	17.1	89.0	2517	6.4	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
阪急友の会天ぷら御膳○夏○冷うどん	539	14.9	16.1	81.6	2707	6.9	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
阪急友の会限定天ざるそば○温うどん○夏	757	22.3	25.0	112.0	1302	3.3	卵	小麦	そば				えび													山芋		ごま		
阪急友の会限定天ざるうどん○温そば○夏	691	17.0	23.5	101.2	1585	4.0	卵	小麦	そば				えび													山芋		ごま		
家族膳○夏○温そば	923	31.1	31.6	130.3	2990	7.5	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
家族膳○夏○温うどん	874	27.1	30.5	122.3	3202	8.1	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
家族膳○初夏○冷そば	917	30.2	28.3	133.1	2089	5.2	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
家族膳○夏○冷うどん	866	26.1	27.2	124.8	2301	5.8	卵	小麦	そば				えび													りんご		ごま		
味わい湘南しらすセット○冷そば○れもん	936	31.2	21.7	149.9	2971	6.9	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご	ゼラチン	ごま		
味わい湘南しらすセット○冷うどん○れもん	891	27.5	20.7	142.1	2530	7.4	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご	ゼラチン	ごま		
味わい湘南しらすセット○冷そば○日向夏	931	30.8	21.6	148.9	2334	6.9	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご	ゼラチン	ごま		
味わい湘南しらすセット○冷うどん○日向夏	886	27.2	20.6	141.6	2523	7.3	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご	ゼラチン	ごま		
湘南しらすのかき揚げ天ざるそば	717	22.0	30.1	88.1	1439	3.1	卵	小麦	そば				えび	かに														ごま		
湘南しらすのかき揚げ天ざるうどん	650	16.6	28.6	77.2	1723	3.9	卵	小麦	そば				えび	かに														ごま		
湘南しらす玉子丼セット○温そば	762	35.6	17.6	113.9	2388	5.6	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
湘南しらす玉子丼セット○温うどん	719	32.0	16.6	106.8	2577	6.1	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
湘南しらす玉子丼セット○冷そば	758	34.8	14.5	116.7	1595	3.6	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
湘南しらす玉子丼セット○冷うどん	713	31.2	13.5	109.4	1784	4.1	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
湘南しらすのおろしそば	492	22.4	11.1	75.3	1495	3.2		小麦	そば				えび	かに																
湘南しらすのおろしうどん	427	17.2	9.6	64.7	1778	3.9		小麦	そば				えび	かに																
家族亭の朝食セット○夏○	541	20.4	13.5	88.8	3234	8.2	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご	ゼラチン	ごま		
【手付ローズカツ定食メニュー】																														
手付ローズカツ70g定食○温そば○夏	886	30.4	31.0	120.4	2202	5.6	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付ローズカツ70g定食○温うどん○夏	853	27.8	30.3	115.1	2344	5.9	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付ローズカツ70g定食○冷そば○夏	886	30.1	28.5	123.4	1677	4.2	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付ローズカツ70g定食○冷うどん○夏	852	27.4	27.8	117.8	1819	4.6	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付おろしローズカツ70g定食○温そば○夏	858	30.4	31.0	113.5	1586	4.0	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付おろしローズカツ70g定食○温うどん○夏	844	29.2	30.3	111.7	2748	6.9	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付おろしローズカツ70g定食○冷そば○夏	877	31.4	28.6	119.9	2080	5.2	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付おろしローズカツ70g定食○冷うどん○夏	843	28.7	27.8	114.3	2222	5.6	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付ヒレかつ定食○温そば○夏	905	40.0	27.1	125.0	2255	5.7	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付ヒレかつ定食○温うどん○夏	873	37.3	26.4	119.8	2396	6.1	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付ヒレかつ定食○冷そば○夏	957	42.8	24.6	137.9	3381	8.5	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		ごま		
手付ヒレかつ定食○冷うどん○夏	923	40.0	23.9	132.3	3523	8.9	卵	小麦	そば				えび	かに												りんご		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																													
							卵	小麦	そば	えび	サバ	大豆	りんご	ゼラチン	鶏肉																					
【うなぎメニュー】																																				
うなぎ御膳○温そば○れもん	859	45.0	43.5	78.0	3691	9.4	卵	小麦	そば			えび								サバ	大豆															ごま
うなぎ御膳○温うどん○れもん	826	42.3	42.8	72.7	3833	9.7	卵	小麦	そば			えび								サバ	大豆															ごま
うなぎ御膳○冷そば○れもん	1094	48.7	41.6	131.8	3224	8.2	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○れもん	825	41.9	40.3	75.4	3308	8.4	卵	小麦	そば			えび								サバ	大豆															ごま
うなぎ・重天ぷらセット○温そば○れもん	1208	48.8	46.2	150.1	3160	8.0	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・重天ぷらセット○温うどん○れもん	1165	45.2	45.2	143.0	3348	8.5	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・重天ぷらセット○冷そば○れもん	1204	48.0	43.1	152.9	2366	6.0	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・重天ぷらセット○冷うどん○れもん	1159	44.4	42.1	145.6	2555	6.5	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○日向夏	853	44.7	43.4	77.4	3684	9.3	卵	小麦	そば		乳	えび								サバ	大豆															ごま
うなぎ御膳○温うどん○日向夏	821	42.0	42.7	72.1	3825	9.7	卵	小麦	そば		乳	えび								サバ	大豆															ごま
うなぎ御膳○冷そば○日向夏	854	44.3	41.0	80.4	3159	8.0	卵	小麦	そば		乳	えび								サバ	大豆															ごま
うなぎ御膳○冷うどん○日向夏	819	41.6	40.2	74.8	3301	8.4	卵	小麦	そば		乳	えび								サバ	大豆															ごま
うなぎ・重天ぷらセット○温そば○日向夏	1202	48.4	46.1	149.5	3164	8.0	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・重天ぷらセット○温うどん○日向夏	1159	44.9	45.2	142.5	3353	8.5	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・重天ぷらセット○冷そば○日向夏	1199	47.7	43.0	152.4	2371	6.0	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・重天ぷらセット○冷うどん○日向夏	1154	44.1	42.1	145.1	2560	6.5	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
うなぎ重セット○温そば○国産	828	36.1	19.5	124.9	2415	6.1		小麦	そば											サバ	大豆															りんご
うなぎ重セット○温うどん○国産	785	32.6	18.5	117.9	2603	6.6		小麦	そば											サバ	大豆															りんご
うなぎ重セット○冷そば○国産	827	35.5	19.5	125.2	1844	4.7		小麦	そば											サバ	大豆															りんご
うなぎ重セット○冷うどん○国産	782	31.9	18.5	117.8	2033	5.2		小麦	そば											サバ	大豆															りんご