

うどんの詩 栄養成分・アレルギー一覧表（2017年11月1日現在）

お客様各位

～一覧をご覧になる際は、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います。

※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よっ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。

	エネルギー (キロカロリー)	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	ゼラチン	カシューナッツ	ごま	
【単品麺】																														
詩うどん	365	2.9		小麦														サバ	大豆											ごま
季節の天ぷら詩うどん	657	4.3	卵	小麦				えび										サバ	大豆											ごま
鎌倉野菜の天ぷら詩うどん	629	4.2	卵	小麦			乳											サバ	大豆		豚肉									ごま
有明産芝えびと小柱かき揚げ詩うどん	773	4.4	卵	小麦			えび											サバ	大豆											ごま
湘南しらすかき揚げ詩うどん	673	4.7	卵	小麦			えび	かに										サバ	大豆											ごま
きつねのうどん	736	5.9		小麦														サバ	大豆											
カレーうどん	794	7.8		小麦										牛肉				サバ	大豆	鶏肉		豚肉					りんご	ゼラチン		
岩手がもの鴨なんばんうどん	585	6.4		小麦														サバ	大豆											
蓮根まんじゅう湯葉あんかけうどん	647	6.8	卵	小麦														サバ	大豆											
博多明太子玉子とじあんかけうどん	596	7.2	卵	小麦														サバ	大豆											
湯葉と豆腐の玉子とじあんかけうどん	610	5.4	卵	小麦														サバ	大豆											
紀州南高梅のあっさりうどん	454	8.9		小麦														サバ	大豆											
季節の天ぷらうどん	699	5.3	卵	小麦			えび											サバ	大豆											ごま
鎌倉野菜天ぷらうどん	587	3.2	卵	小麦			乳											サバ	大豆		豚肉									ごま
有明産芝えびと小柱のかき揚げうどん	815	5.4	卵	小麦			えび											サバ	大豆											ごま
湘南しらすかき揚げうどん	715	5.8	卵	小麦			えび	かに										サバ	大豆											ごま
トマトゼリーと食べるクリーミーカルボナーラうどん	795	4.1	卵	小麦			乳												大豆		豚肉					りんご				
ピリ辛そばと彩り野菜のごまだれうどん	768	4.6	卵	小麦										牛肉				サバ	大豆		豚肉						ゼラチン		ごま	
国産黒毛和牛と彩り野菜の冷やしうどん	717	3.3		小麦										牛肉				サバ	大豆											
とろろとめかぶのねばとろうどん	376	3.6		小麦														サバ	大豆						山芋				ごま	
房総ポークと鎌倉野菜のつけうどん	579	5.1		小麦														サバ	大豆		豚肉									ごま
房総ポークのピリ辛スープつけうどん	631	5.7		小麦			乳	えび	かに					牛肉					大豆	鶏肉		豚肉			山芋		ゼラチン			
岩手鴨の鴨つけうどん	581	6.0	卵	小麦														サバ	大豆											
房総ハーブ鶏と野菜のカレーつけうどん	677	4.4		小麦										牛肉				サバ	大豆	鶏肉		豚肉			山芋	りんご	ゼラチン			

	エネルギー (キロカロリー)	食塩相当量 (g)	アレルゲン27品目																										
			小麦	卵	乳	えび	かに	牛肉	サバ	大豆	鶏肉	豚肉	山芋	ゼラチン	りんご	ごま													
ざるうどん	365	2.9		小麦														サバ	大豆									ごま	
季節の天ざるうどん	657	4.3	卵	小麦			えび											サバ	大豆									ごま	
鎌倉野菜の天ざるうどん	627	4.2	卵	小麦			乳											サバ	大豆			豚肉						ごま	
有明産芝えびと小柱のかき揚げ天ざるうどん	773	4.4	卵	小麦			えび											サバ	大豆									ごま	
湘南しらすかき揚げ天ざるうどん	673	4.7	卵	小麦			えび	かに										サバ	大豆									ごま	
湘南しらすのおろしうどん	498	4.4		小麦			えび	かに										サバ	大豆										
青じそ香る明太子うどん	594	4.8	卵	小麦									牛肉					サバ	大豆			豚肉							
黒酢サラダうどん	494	8.4	卵	小麦			乳											サバ	大豆			鶏肉				りんご		ごま	
酢橘と紀州南高梅の冷かけうどん	483	7.4		小麦														サバ	大豆										
削りたてかつお節香る房総ポークあんかけうどん	697	5.3		小麦														サバ	大豆			豚肉							
削りたてかつお節香るおろしうどん	418	3.7		小麦														サバ	大豆									ごま	
鍋焼きうどん	788	6.1	卵	小麦			えび											サバ	大豆									ごま	
房総ポークとお野菜のピリ辛鍋焼きうどん	855	10.3	卵	小麦			乳	えび	かに				牛肉						大豆			鶏肉		豚肉		山芋	ゼラチン		
とろろと房総ハーブ鶏お野菜の鍋焼きうどん	720	6.2		小麦														サバ	大豆			鶏肉				山芋			
【御膳・セット】																													
うどんの詩御膳	525	5.6	卵	小麦			乳	えび			いか							サバ	大豆			鶏肉		豚肉			りんご	ゼラチン	ごま
季節の天ぷら御膳	323	2.3	卵	小麦				えび			いか							サバ	大豆								りんご		ごま
彩りとろろ御膳	445	4.7	卵	小麦			乳		かに									サバ	大豆			鶏肉				山芋	りんご	ゼラチン	ごま
蓮根まんじゅう御膳	292	4.2	卵	小麦			乳											サバ	大豆			鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
雪室熟成牛ステーキ御膳○ガーリック	515	2.8	卵	小麦			乳				いか		牛肉					サバ	大豆			鶏肉		豚肉			りんご	ゼラチン	ごま
雪室熟成牛ステーキ御膳○バルサミコ	450	2.1	卵	小麦			乳				いか		牛肉					サバ	大豆			鶏肉					りんご	ゼラチン	
雪室熟成牛ステーキ御膳○塩だれ	439	2.1	卵	小麦			乳				いか		牛肉					サバ	大豆			鶏肉					りんご	ゼラチン	ごま
房総ポークのステーキ御膳	421	2.1	卵	小麦			乳				いか							サバ	大豆			鶏肉		豚肉			りんご	ゼラチン	
房総ハーブ鶏のバジルチキンステーキセット	820	5.9		小麦			乳		かに									サバ	大豆			鶏肉		豚肉					
房総ポークのとんかつセット	908	3.5	卵	小麦			乳	えび	かに									さけ	サバ	大豆			豚肉				りんご		ごま
USポークのとんかつセット	908	3.5	卵	小麦			乳	えび	かに									さけ	サバ	大豆			豚肉				りんご		ごま
房総ハーブ鶏のから揚げセット	592	2.7		小麦					かに									サバ	大豆			鶏肉						ゼラチン	
【うどんの詩御膳】には季節の甘味が付き、うどんとご飯が選べます。下記のそれぞれ★と●と▲の値をたしてください。その他御膳は★と●の値をたしてください。																													
★白ご飯	191	0.4							かに																				
★湯葉ちりめんご飯	211	0.5		小麦					かに																				
★博多明太子ご飯	215	1.4		小麦					かに																				
★とろろご飯	223	0.7		小麦					かに																	山芋			
●ざるうどん	212	2.1		小麦																									
●ぶっかけうどん	211	2.1		小麦																									
●温うどん	254	2.9		小麦																									
●野菜スープ	31	0.5		小麦																									
▲黒米餅	63	0.0		小麦																						山芋			
▲りんご餅	66	0.0					乳																				りんご		

	エネルギー (キロカロリー)	食塩相当量 (g)	アレルゲン27品目																										
			卵	小麦																									
房総ハーブ鶏の親子丼セット○温うどん	813	5.8	卵	小麦					かに										サバ	大豆	鶏肉								
房総ハーブ鶏の親子丼セット○冷うどん	770	5.1	卵	小麦					かに										サバ	大豆	鶏肉								
房総ハーブ鶏の親子丼セット○スープ	590	3.4	卵	小麦					かに										サバ	大豆	鶏肉								
季節の天丼セット○温うどん	772	5.9	卵	小麦				えび	かに										サバ	大豆								ごま	
季節の天丼セット○冷うどん	729	5.2	卵	小麦				えび	かに										サバ	大豆								ごま	
季節の天丼セット○スープ	548	3.5	卵	小麦				えび	かに										サバ	大豆								ごま	
房総ポークのかつ丼セット○温うどん	1213	6.1	卵	小麦			乳		かに										サバ	大豆			豚肉						
房総ポークのかつ丼セット○冷うどん	1170	5.4	卵	小麦			乳		かに										サバ	大豆			豚肉						
房総ポークのかつ丼セット○スープ	990	3.8	卵	小麦			乳		かに										サバ	大豆			豚肉						
USポークのかつ丼セット○温うどん	1213	6.1	卵	小麦			乳		かに										サバ	大豆			豚肉						
USポークのかつ丼セット○冷うどん	1170	5.4	卵	小麦			乳		かに										サバ	大豆			豚肉						
USポークのかつ丼セット○スープ	990	3.8	卵	小麦			乳		かに										サバ	大豆			豚肉						
ねぎとろ丼セット○温うどん	728	5.1	卵	小麦					かに										サバ	大豆								セラチン	ごま
ねぎとろ丼セット○冷うどん	685	4.4	卵	小麦					かに										サバ	大豆								セラチン	ごま
ねぎとろ丼セット○スープ	504	2.8	卵	小麦					かに										サバ	大豆								セラチン	ごま
四万十うな重セット○温うどん	861	5.7		小麦					かに										サバ	大豆									
四万十うな重セット○冷うどん	819	5.0		小麦					かに										サバ	大豆									
四万十うな重セット○スープ	638	3.4		小麦					かに										サバ	大豆									
湘南しらす玉子丼セット○温うどん	733	6.0	卵	小麦				えび	かに										サバ	大豆									
湘南しらす玉子丼セット○冷うどん	690	5.3	卵	小麦				えび	かに										サバ	大豆									
湘南しらす玉子丼セット○スープ	510	3.7	卵	小麦				えび	かに										サバ	大豆									
雪室熟成牛のステーキ重セット○ガーリック○温うどん	955	4.9		小麦					かに								牛肉		サバ	大豆			豚肉						ごま
雪室熟成牛のステーキ重セット○ガーリック○冷うどん	913	4.1		小麦					かに								牛肉		サバ	大豆			豚肉						ごま
雪室熟成牛のステーキ重セット○ガーリック○スープ	732	2.5		小麦					かに								牛肉		サバ	大豆			豚肉						ごま
雪室熟成牛のステーキ重セット○バルサミコ○温うどん	891	4.1		小麦			乳		かに								牛肉		サバ	大豆									
雪室熟成牛のステーキ重セット○バルサミコ○冷うどん	848	3.4		小麦			乳		かに								牛肉		サバ	大豆									
雪室熟成牛のステーキ重セット○バルサミコ○スープ	667	1.7		小麦			乳		かに								牛肉		サバ	大豆									
雪室熟成牛のステーキ重セット○塩だれ○温うどん	879	4.2		小麦					かに								牛肉		サバ	大豆									ごま
雪室熟成牛のステーキ重セット○塩だれ○冷うどん	837	3.4		小麦					かに								牛肉		サバ	大豆									ごま
雪室熟成牛のステーキ重セット○塩だれ○スープ	656	1.8		小麦					かに								牛肉		サバ	大豆									ごま
【和さらだ】																													
素材そのまま野菜サラダ	240	1.7	卵	小麦			乳													大豆			豚肉					セラチン	
季節の野菜さらだ○初冬	39	0.0		小麦																大豆									
だしジュレで食べるトマトさらだ○初冬	37	0.2		小麦															サバ	大豆								りんご	
【和さらだにはドレッシングが付きます。下記の値をたしてください。】																													
●だし胡麻ドレッシング	48	0.6	卵	小麦			乳												サバ	大豆									ごま
●だし柚子ドレッシング	22	0.7		小麦															サバ	大豆									
●だし玉ねぎドレッシング	23	0.7		小麦															サバ	大豆							りんご	ごま	

【一品】	エネルギー (キロカロリー)	食塩相当量 (g)	アレルゲン27品目																										
			卵	小麦																									
いろいろプレート8種	367	2.9	卵	小麦			乳																						
いろいろプレート6種	317	2.0	卵	小麦			乳																						
ヒトサラ天ぷら	172	2.6		小麦			乳	えび	かに																				
アボガドのサクサク天ぷら	521	2.5	卵	小麦																									
オニオンリングのサクサク天ぷら	168	1.5	卵	小麦																									
黒崎茶豆	135	0.0																											
だしジュレで食べる安芸しらすおろし	27	0.6		小麦																									
なすの揚げ浸し〇とろっとチーズ〇	171	2.6		小麦			乳																						
カマンベールチーズの天ぷら	388	1.3	卵	小麦			乳																						
ガーリックブレッド	375	1.2		小麦			乳																						
とろーりチーズのガーリックブレッド	423	1.4		小麦			乳																						
房総ハーブ鶏の唐揚げ	362	1.2		小麦																									
房総ハーブ鶏の唐揚げおろしポン酢	511	4.8		小麦																									
だし巻き玉子	295	3.0	卵	小麦																									
オリーブオイルで味わう房総ポークのとんかつ	739	7.9	卵	小麦			乳	えび	かに																				
揚げたてさつまいものチーズディップ	358	0.9	卵	小麦			乳																						
湘南しらすの和風ピザ	393	5.5		小麦			乳	えび	かに																				
岩手がもろ煮	146	1.7		小麦																									
博多明太子で味わうポテトサラダ	499	2.3	卵	小麦			乳																						
蓮根饅頭ゆばあんかけ	212	1.4	卵	小麦																									
鎌倉野菜天ぷら盛り合わせ	255	1.0	卵	小麦			乳																						
海老と季節野菜の天ぷら盛り合わせ	260	1.3	卵	小麦																									
牛すじ〇まろやか粒マスタード	126	1.4	卵	小麦			乳																						
大根〇3種のソース	94	2.2	卵	小麦			乳																						
じゃがいも〇チーズ	155	1.7	卵	小麦			乳																						
こんにゃく〇肉みそ	32	1.2		小麦																									
たまねぎ〇3種のソース	124	2.3	卵	小麦			乳																						
おだし炊き盛り	272	3.6	卵	小麦			乳																						
雪室熟成牛ステーキ〇ガーリック	454	2.3	卵	小麦			乳																						
雪室熟成牛ステーキ〇バルサミコ	368	1.1	卵	小麦			乳																						
雪室熟成牛ステーキ〇塩だれ	357	1.2	卵	小麦			乳																						
房総ポークステーキ	339	1.2	卵	小麦			乳																						
〇ざるうどん	212	2.1		小麦																									
〇かけうどん	254	2.9		小麦																									
〇削りたてかつお節香るおろしうどん	234	2.1		小麦																									

