うどんの詩　栄養成分・アレルゲン一覧表（2018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・アレルゲン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ゲン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下さい。
＊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頂きます。

	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	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	660	4.4	卵	小麦				えび										サバ	大豆										ごま
鎌倉野菜の天ぷら詩うどん	694	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	794	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	693	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	702	5.4	卵	小麦				えび										サバ	大豆										ごま
鎌倉野菜天ぷらうどん	590	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	835	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	735	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			
ピリ辛そぼろ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

	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																									
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		
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		
岩手がもの鴨つけうどん	728	7.4	卵	小麦														サバ	大豆										
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	695	6.2		小麦														サバ	大豆	鶏肉					山芋				
ざるうどん	365	2.9		小麦														サバ	大豆										ごま
青森県産ほたてと海老の季節天ざるうどん	668	4.4	卵	小麦				えび										サバ	大豆										ごま
鎌倉野菜の天ざるうどん	630	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	794	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	693	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
【御膳】																													
うどんの詩御膳	581	6.4	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	378	3.1	卵	小麦			乳	えび			いか							サバ	大豆							りんご			ごま
彩りとろろ御膳（白ご飯のみ）	489	5.2	卵	小麦			乳											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	433	5.0	卵	小麦			乳											サバ	大豆	鶏肉		豚肉				りんご	ゼラチン		ごま
【上記の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。																													
★白ご飯	189	0.2		小麦															大豆							りんご			
★湯葉ちりめんご飯	209	0.3		小麦															大豆							りんご			
★博多明太子ご飯	214	1.2		小麦															大豆							りんご			
★とろろご飯	222	0.6		小麦														サバ	大豆						山芋	りんご			
●ざるうどん	212	2.1		小麦														サバ	大豆										
●ぶっかけうどん	211	2.1		小麦														サバ	大豆										
●温うどん	254	2.9		小麦														サバ	大豆										
●野菜スープ	31	0.5		小麦														サバ	大豆										
▲黒米餅	63	0.0		小麦															大豆						山芋				
▲りんご餅	66	0.0					乳												大豆							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																										
【御膳・セット】																													
雪室熟成牛ステーキ御膳ｏ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ｏ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ｏ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		
【上記の御膳メニューはうどんとご飯が選べます。下記のそれぞれ★と●の値をたしてください。																													
房総ハーブ鶏のバジルチキンステーキセット	745	5.9		小麦			乳											サバ	大豆	鶏肉		豚肉				りんご			
房総ポークのとんかつセット	907	3.4	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	907	3.4	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	529	2.6		小麦														サバ	大豆	鶏肉						りんご	ゼラチン		
【上記のセットメニューはご飯が選べます。下記の★の値をたしてください。																													
★白ご飯	189	0.2		小麦															大豆							りんご			
★湯葉ちりめんご飯	209	0.3		小麦															大豆							りんご			
★博多明太子ご飯	214	1.2		小麦															大豆							りんご			
★とろろご飯	222	0.6		小麦														サバ	大豆						山芋	りんご			
●ざるうどん	212	2.1		小麦														サバ	大豆										
●ぶっかけうどん	211	2.1		小麦														サバ	大豆										
●温うどん	254	2.9		小麦														サバ	大豆										
●野菜スープ	31	0.5		小麦														サバ	大豆										
【得セット】																													
房総ハーブ鶏の親子丼セットｏ温うどん	813	5.7	卵	小麦														サバ	大豆	鶏肉						りんご			
房総ハーブ鶏の親子丼セットｏ冷うどん	770	5.0	卵	小麦														サバ	大豆	鶏肉						りんご			
房総ハーブ鶏の親子丼セットｏスープ	589	3.4	卵	小麦														サバ	大豆	鶏肉						りんご			
青森県産ほたてと海老の天丼セットｏ温うどん	817	5.9	卵	小麦				えび										サバ	大豆							りんご			ごま
青森県産ほたてと海老の天丼セットｏ冷うどん	775	5.1	卵	小麦				えび										サバ	大豆							りんご			ごま
青森県産ほたてと海老の天丼セットｏスープ	594	3.5	卵	小麦				えび										サバ	大豆							りんご			ごま
房総ポークのかつ丼セットｏ温うどん	1213	6.0	卵	小麦			乳											サバ	大豆			豚肉				りんご			
房総ポークのかつ丼セットｏ冷うどん	1170	5.2	卵	小麦			乳											サバ	大豆			豚肉				りんご			
房総ポークのかつ丼セットｏスープ	989	3.6	卵	小麦			乳											サバ	大豆			豚肉				りんご			
ＵＳポークのかつ丼セットｏ温うどん	1213	6.0	卵	小麦			乳											サバ	大豆			豚肉				りんご			
ＵＳポークのかつ丼セットｏ冷うどん	1170	5.2	卵	小麦			乳											サバ	大豆			豚肉				りんご			
ＵＳポークのかつ丼セットｏスープ	989	3.6	卵	小麦			乳											サバ	大豆			豚肉				りんご			
ねぎとろ丼セットｏ温うどん	727	5.0	卵	小麦														サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
ねぎとろ丼セットｏ冷うどん	685	4.2	卵	小麦														サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
ねぎとろ丼セットｏスープ	504	2.6	卵	小麦														サバ	大豆							りんご	ゼラチン		ごま
国産うな重セットｏ温うどん	861	5.6		小麦														サバ	大豆							りんご			
国産うな重セットｏ冷うどん	819	4.8		小麦														サバ	大豆							りんご			
国産うな重セットｏスープ	638	3.2		小麦														サバ	大豆							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																										
湘南しらす玉子丼セットｏ温うどん	733	5.9	卵	小麦				えび	かに									サバ	大豆							りんご			
湘南しらす玉子丼セットｏ冷うどん	690	5.1	卵	小麦				えび	かに									サバ	大豆							りんご			
湘南しらす玉子丼セットｏスープ	509	3.5	卵	小麦				えび	かに									サバ	大豆							りんご			
雪室熟成牛のステーキ重セットｏガーリックｏ温うどん	956	4.8		小麦											牛肉			サバ	大豆			豚肉				りんご			ごま
雪室熟成牛のステーキ重セットｏガーリックｏ冷うどん	913	4.0		小麦											牛肉			サバ	大豆			豚肉				りんご			ごま
雪室熟成牛のステーキ重セットｏガーリックｏスープ	733	2.4		小麦											牛肉			サバ	大豆			豚肉				りんご			ごま
雪室熟成牛のステーキ重セットｏバルサミコｏ温うどん	891	4.0		小麦			乳								牛肉			サバ	大豆							りんご			
雪室熟成牛のステーキ重セットｏバルサミコｏ冷うどん	849	3.2		小麦			乳								牛肉			サバ	大豆							りんご			
雪室熟成牛のステーキ重セットｏバルサミコｏスープ	668	1.6		小麦			乳								牛肉			サバ	大豆							りんご			
雪室熟成牛のステーキ重セットｏ塩だれｏ温うどん	880	4.0		小麦											牛肉			サバ	大豆							りんご			ごま
雪室熟成牛のステーキ重セットｏ塩だれｏ冷うどん	838	3.3		小麦											牛肉			サバ	大豆							りんご			ごま
雪室熟成牛のステーキ重セットｏ塩だれｏスープ	657	1.7		小麦											牛肉			サバ	大豆							りんご			ごま
【和さらだ】																													
おまかせ鎌倉野菜サラダ	240	1.7	卵	小麦			乳												大豆			豚肉					ゼラチン		
季節の野菜さらだｏ初冬	39	0.0		小麦															大豆										
だしジュレで食べるトマトさらだｏ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】																													
いろどりプレート８種	447	3.8	卵	小麦			乳						オレンジ					サバ	大豆	鶏肉		豚肉				りんご			ごま
いろどりプレート６種	304	2.0	卵	小麦			乳						オレンジ					サバ	大豆	鶏肉		豚肉				りんご			ごま
ヒトサラ天ぷら	369	2.7	卵	小麦			乳	えび	かに			いくら							大豆			豚肉					ゼラチン		ごま
アボガドのサクサク天ぷら	521	2.5	卵	小麦														サバ	大豆								ゼラチン		ごま
オニオンリングのサクサク天ぷら	168	1.5	卵	小麦																									ごま
黒埼茶豆	135	0.0																											
だしジュレで食べる湘南しらすおろし	27	0.7		小麦				えび	かに									サバ	大豆										
なすの揚げ浸しｏとろっとチーズｏ	171	2.6		小麦			乳											サバ	大豆										
カマンベールチーズの天ぷら	388	1.3	卵	小麦			乳																						ごま
ガーリックブレッド	375	1.2		小麦			乳												大豆										
とろーりチーズのガーリックブレッド	423	1.4		小麦			乳												大豆										
房総ハーブ鶏の唐揚げ	362	1.2		小麦														サバ	大豆	鶏肉							ゼラチン		
房総ハーブ鶏の唐揚げおろしポン酢	402	4.8		小麦									オレンジ					サバ	大豆	鶏肉							ゼラチン		ごま
だし巻き玉子	295	3.0	卵	小麦														サバ	大豆										
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								さけ	サバ	大豆			豚肉				りんご			
揚げたてさつまいものチーズディップ	358	0.9	卵	小麦			乳												大豆							りんご			
湘南しらすの和風ピザ	393	5.5		小麦			乳	えび	かに									サバ	大豆								ゼラチン		
岩手がもロース煮	146	1.7		小麦															大豆										

	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																										
博多明太子で味わうポテトサラダ	499	2.3	卵	小麦			乳												大豆	鶏肉							ゼラチン		
蓮根饅頭ゆばあんかけ	212	1.4	卵	小麦				えび										サバ	大豆						山芋				
鎌倉野菜天ぷら盛り合わせ	255	1.0	卵	小麦			乳												大豆			豚肉							ごま
海老と季節野菜の天ぷら盛り合わせ	297	1.6	卵	小麦				えび											大豆										ごま
牛すじｏまろやか粒マスタード	126	1.4	卵	小麦			乳								牛肉				大豆	鶏肉						りんご	ゼラチン		
大根ｏ３種のソース	94	2.2	卵	小麦			乳												大豆	鶏肉		豚肉				りんご	ゼラチン		ごま
じゃがいもｏチーズ	155	1.7	卵	小麦			乳												大豆	鶏肉		豚肉				りんご	ゼラチン		
こんにゃくｏ肉みそ	32	1.2		小麦															大豆	鶏肉		豚肉					ゼラチン		ごま
たまねぎｏ３種のソース	124	2.3	卵	小麦			乳												大豆	鶏肉		豚肉				りんご	ゼラチン		ごま
おだし炊き盛り	272	3.6	卵	小麦			乳												大豆	鶏肉		豚肉			山芋	りんご	ゼラチン		ごま
雪室熟成牛ステーキｏガーリック	454	2.3	卵	小麦			乳								牛肉				大豆	鶏肉		豚肉					ゼラチン		ごま
雪室熟成牛ステーキｏバルサミコ	368	1.1	卵	小麦			乳								牛肉				大豆	鶏肉							ゼラチン		
雪室熟成牛ステーキｏ塩だれ	357	1.2	卵	小麦			乳								牛肉				大豆	鶏肉							ゼラチン		ごま
房総ポークステーキ	339	1.2	卵	小麦			乳												大豆	鶏肉		豚肉				りんご	ゼラチン		
ポークの冷しゃぶおろしサラダ仕立て	260	4.0		小麦									オレンジ						大豆			豚肉							
〆ざるうどん	212	2.1		小麦														サバ	大豆										
〆かけうどん	254	2.9		小麦														サバ	大豆										
〆削りたてかつお節香るおろしうどん	234	2.1		小麦														サバ	大豆										ごま
【初冬メニュー】																													
梅春御膳ｏ温	653	5.9	卵	小麦			乳	えび										サバ	大豆	鶏肉							ゼラチン		ごま
梅春御膳ｏ冷	577	4.4	卵	小麦			乳	えび										サバ	大豆	鶏肉							ゼラチン		ごま
梅春御膳ｏスープ	405	3.3	卵	小麦			乳	えび										サバ	大豆	鶏肉							ゼラチン		ごま
【上記の御膳メニューはご飯が選べます。下記の★と▲の値をたしてください。																													
★白ご飯	189	0.2		小麦															大豆							りんご			
★湯葉ちりめんご飯	209	0.3		小麦															大豆							りんご			
★博多明太子ご飯	214	1.2		小麦															大豆							りんご			
★とろろご飯	222	0.6		小麦														サバ	大豆						山芋	りんご			
▲黒米餅	63	0.0		小麦															大豆						山芋				
▲りんご餅	66	0.0					乳												大豆							りんご			
青森県産ほたてと海老の季節天ざるうどん	668	4.4	卵	小麦				えび										サバ	大豆										ごま
海老と小柱のあんかけうどん	449	5.7		小麦				えび										サバ	大豆	鶏肉		豚肉							ごま