



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。

新フェア・季節定番 メニュー

メニューカテゴリ		栄養成分値（1食当たり）推定値				
		ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
11/6開始フェア	みなみ鯖赤身	39	3.5	0.1	5.6	0.2
11/6開始フェア	大切りびん長はらも	43	4.2	0.1	5.6	0.2
11/6開始フェア	3種のいかたこ食べ比べ	97	4.9	0.3	17.6	0.7
11/6開始フェア	みなみ鯖赤身漬け	42	3.6	0.2	6.0	0.4
11/6開始フェア	みなみ鯖大とろ	67	2.7	3.4	5.6	0.2
11/6開始フェア	大切り びん長はらも浜焼き風	61	4.3	1.7	6.2	0.4
11/6開始フェア	青森県産ポイルはたて包み	39	7.8	0.1	6.3	0.4
11/6開始フェア	大切りするめいか	34	1.8	0.0	6.0	0.3
11/6開始フェア	するめいか食べ比べ	84	3.9	1.8	12.2	0.6
11/6開始フェア	ちょこっと さかなの竜田揚げ～まぐろ入り～	129	8.3	8.1	5.5	0.6
11/6開始フェア	贅沢みなみ鯖食べ比べ	174	7.9	7.3	17.4	0.7
11/6開始フェア	贅沢とろえび三昧	165	9.4	6.1	16.9	0.8
11/6開始フェア	みなみ鯖大とろ塩炙り	68	2.7	3.4	5.9	0.5
11/6開始フェア	するめいか軟骨マヨ甘ダレ炙り	98	4.3	3.4	12.3	0.7
11/6開始フェア	青森県産ポイルはたての甘ダレ包み	46	7.8	0.2	7.8	0.6
11/6開始フェア	天然むらさきいか	55	1.7	0.2	11.3	0.4
11/6開始フェア	みなみ鯖とろぶつ軍艦 & ねぎとろ軍艦	104	4.4	3.1	13.1	0.5
11/6開始フェア	みなみ鯖とろぶつ軍艦	64	2.5	2.6	6.5	0.2
11/6開始フェア	さかなの竜田ロール	198	6.7	8.6	22.9	1.2
11/6開始フェア	さかなの竜田揚げ～まぐろ入り～	290	17.7	19.6	9.3	1.5
11/6開始フェア	かっぱのまぐろマウンテン	201	11.8	3.3	29.4	1.2
11/6開始フェア	ヘルシーねばとろ小鉢 海鮮たたき軍艦	140	15.6	3.0	17.8	0.8
11/6開始フェア	ヘルシーねばとろ小鉢～国産海苔つき～	50	11.1	1.5	5.2	0.4
11/6開始フェア	かっぱの豪華まぐろ尽くし	169	8.4	6.5	17.0	0.6
11/6開始フェア	みなみ鯖とろぶつたく包み	60	2.2	2.5	6.8	0.3

更新日 2025年11月6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 エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
9/25開始フェア	大切りとろびんちょう	41	3.9	0.1	5.6	0.2
9/25開始フェア	三陸産とろいわし	59	4.1	1.8	5.8	0.2
9/25開始フェア	北海道産フグ塩炙り ポン酢ジュレのせ	32	1.4	0.0	6.0	0.6
9/25開始フェア	ししゃもっこ軍艦	66	1.7	0.5	13.3	0.5
9/25開始フェア	あじ竜田にぎり	82	3.6	3.3	8.5	0.3
9/25開始フェア	こぼしえんがわ刻み包み	53	3.2	1.5	6.6	0.3
9/25開始フェア	3種の柚子塩ネタ食べ比べ	132	5.1	3.6	17.1	1.5
9/25開始フェア	大切りみなみ鯖大とろ	84	3.7	4.8	5.6	0.2
9/25開始フェア	みなみ鯖大とろぶつ軍艦 & うに軍艦	101	4.0	3.3	13.2	0.4
9/25開始フェア	ジューシーとり唐揚げ 中華野菜あんかけ	385	16.8	26.7	18.3	2.3
9/25開始フェア	中華野菜あんかけ茶碗蒸し	71	6.5	3.2	3.5	1.7
9/25開始フェア	まぐろのプレミアムとろ三昧	198	11.0	8.6	17.0	0.6
9/25開始フェア	ごち寿司 贅沢人気ネタ三昧	152	10.2	4.0	17.5	0.8
9/25開始フェア	大切りとろびんちょう浜焼き風	64	4.0	2.5	5.9	0.4
9/25開始フェア	とろびんちょう包み ししゃもっこせ	40	2.7	0.2	6.6	0.2
9/25開始フェア	三陸産とろいわし塩炙り	60	4.1	1.8	5.8	0.5
9/25開始フェア	えんがわ刻み大葉包み	47	2.5	1.2	6.5	0.2
9/25開始フェア	あじ竜田にぎり～オニオンサラダ仕立て～	113	3.8	6.2	9.4	0.7
9/25開始フェア	大切りみなみ鯖大とろ塩炙り	85	3.7	4.8	5.9	0.5
9/25開始フェア	みなみ鯖大とろぶつ & 特盛りくら軍艦	110	4.8	3.4	14.4	0.6
9/25開始フェア	あじ竜田 中華野菜あんかけ	136	7.3	7.5	9.2	0.5
9/25開始フェア	特盛ししゃもっこかっぱ軍艦	47	1.7	1.4	7.0	0.4
北陸限定	プレミアムとろ鉄火末広手巻き	79	5.1	2.9	6.8	0.2
北陸限定	北陸水揚げ せいこ蟹包み	34	1.7	0.1	6.6	0.3
北陸限定	北陸水揚げ せいこ蟹 & こぼしいくら包み	50	3.5	0.5	8.0	0.5
北陸限定	北陸水揚げ せいこ蟹の創作押し寿司	119	5.5	2.3	17.9	0.8
北陸限定	石川県産 香箱蟹甲羅盛～かっぱの本気シャリ3貫添え～	160	13.0	2.5	20.3	1.6

新フェア・季節定番 メニュー						
メニューカテゴリー		栄養成分値（1食当たり）推定値				
		ギ 丨 ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
10/23開始フェア	みなみ鯖中とろ	63	1.9	3.1	5.6	0.2
10/23開始フェア	瀬戸内海産蒸し牡蠣	39	1.3	0.4	7.2	0.3
10/23開始フェア	秋の月見三昧	148	5.3	4.5	20.9	0.8
10/23開始フェア	特盛みなみ鯖中とろぶつ&ねぎとろ軍艦	106	4.5	3.5	13.2	0.4
10/23開始フェア	瀬戸内海産蒸し牡蠣 食べ比べ	81	2.8	0.9	15.4	0.7
10/23開始フェア	特盛みなみ鯖中とろぶつ軍艦	135	4.1	6.4	12.9	0.4
10/23開始フェア	瀬戸内海産 蒸し牡蠣といくら あおさ餡茶碗蒸し	79	7.8	3.3	4.2	1.9
10/23開始フェア	ちょこっと 広島県産 牡蠣フライ盛り 〜ソース〜	97	2.8	5.0	10.1	0.8
10/23開始フェア	3種の貝食べ比べ	89	2.9	0.2	17.9	1.0
10/23開始フェア	旨味はまぐり炙り	35	1.5	0.1	6.6	0.3
10/23開始フェア	贅沢貝三昧	137	8.9	1.1	22.1	1.1
10/23開始フェア	贅沢とろえび三昧	228	11.3	9.2	22.5	1.6
10/23開始フェア	みなみ鯖中とろ塩炙り	63	1.9	3.1	5.6	0.8
10/23開始フェア	旨味はまぐり炙り生姜のせ	35	1.5	0.1	6.6	0.3
10/23開始フェア	広島県産 牡蠣フライ盛り	189	5.6	10.1	19.0	1.2
10/23開始フェア	たまごたっぷりタルタルソース	118	7.2	21.7	19.9	0.6
10/23開始フェア	かけラーメン（太麺豚骨）	305	13.5	10.9	38.7	4.9
10/23開始フェア	豚骨ラーメン（細麺）	284	15.5	10.8	46.4	4.7
10/23開始フェア	まぜまぜシェイク 青空みるく	264	2.9	8.6	43.1	0.1
10/23開始フェア	広島県産 牡蠣フライ盛り〜たまごたっぷりタルタル&ソース	307	7.2	21.7	19.9	1.8
季節定番	なす天盛り	120	1.5	7.4	11.2	0.2
季節定番	生ハムと爽やかトマトジュレ&マヨサラダ	74	5.5	1.8	9.3	1.0
季節定番	ちょこっとジュシーとり唐揚げ 中華チリソース	201	8.3	13.9	9.7	1.4
季節定番	ちょこっとジュシーとり唐揚げ 爽やかトマトジュレ	190	8.2	12.9	10.5	1.4
季節定番	かっぱの丼ふりポテト ★ふりふりのりしお★	604	4.9	41.8	51.4	5.6
季節定番	かっぱの丼ふりポテト ★ドン!DON!コンソメ★	605	4.8	41.9	51.7	5.3
季節定番	甘ガリ天盛り	90	0.8	6.2	8.2	2.3
季節定番	きゅうりにカマサラダ小鉢	82	1.8	7.5	2.0	0.5
季節定番	サラダチキンと5種野菜のパワーサラダ	175	9.1	11.8	8.9	1.7
季節定番	サラダチキンとレモンの 冷製 国産米粉入りフオー	208	10.8	5.6	26.5	4.4

更新日 2025年11月6日						
メニューカテゴリー	商品名	栄養成分値（1食当たり）推定値				
		ギ 丨 ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
10/9開始フェア	新物うに包み	34	1.2	0.3	6.7	0.2
10/9開始フェア	新物うに ござしいくら包み	50	3.0	0.7	8.1	0.4
10/9開始フェア	みなみ鯖中とろ〜店内仕込 新物うに醤油仕立て〜	74	3.0	3.8	5.9	0.3
10/9開始フェア	店内仕込 新物うに醤油の甘海老大葉包み	40	2.8	0.2	6.6	0.4
10/9開始フェア	新物うに 茶碗蒸し	65	6.9	3.1	1.7	1.6
10/9開始フェア	まぐろ出汁の醤油ラーメン〜モチモチ太麺〜	327	11.5	13.4	39.8	4.4
10/9開始フェア	国産活ペはまちはらみ “はまちカラスミ”のせ	66	3.7	2.7	5.6	0.2
10/9開始フェア	乙女鯛 あおさ出汁あんかけ	41	2.0	0.9	5.8	0.3
10/9開始フェア	高知県産 乙女鯛	39	2.0	0.9	5.6	0.2
10/9開始フェア	高知県産 乙女鯛漬け包み 柚子のせ	44	2.2	0.9	7.0	0.3
10/9開始フェア	高知県産 乙女鯛のカルパッチョ〜柚子和風ドレッシング〜	74	5.8	4.2	3.2	1.7
10/9開始フェア	贅沢新物うに三昧	105	4.5	1.2	17.4	0.6
10/9開始フェア	高知県産乙女鯛 炙りの塩ラーメン	266	7.9	6.5	40.1	4.3
10/9開始フェア	乙女鯛天にぎり	62	2.1	2.4	7.9	0.2
10/9開始フェア	国産活ペはまちの漁師風 “はまちカラスミ”創作包み	66	3.3	2.8	6.8	0.2
10/9開始フェア	店内仕込 新物うに醤油（カップ）	6	0.6	0.2	0.3	0.1
10/9開始フェア	納豆（カップ）	48	8.5	2.5	23.5	0.2
10/9開始フェア	とろろ（カップ）	18	0.5	0.0	2.4	0.0
10/9開始フェア	ザク旨ラー油オニオン	50	0.4	4.5	2.2	0.1
10/9開始フェア	トッピング3点セット	116	9.4	7.0	28.1	0.3
季節定番	ストロベリーアイス	82	1.3	3.2	12.1	0.0
季節定番	ふわもちみたらし団子	171	1.9	1.0	38.6	0.3
季節定番	香ばしコーヒーズリー＆バニラ	80	2.3	2.6	12.0	0.2
北陸家系	はじめ家 監修 北陸家系 豚骨醤油ラーメン	355	12.4	15.1	42.8	5.0
北陸家系	はじめ家 監修 北陸家系 豚骨醤油ラーメン 甘ガリ入り	358	12.4	15.1	43.4	6.2
北陸家系	はじめ家 監修 北陸家系 豚骨醤油ラーメン 倍盛り チャーシュー&ほうれん草	390	14.1	17.9	43.6	5.3
北陸家系	ミニシャリ丼 〜ねぎマヨ〜	132	1.7	3.4	23.1	0.9
北陸家系	ミニシャリ丼 〜ザク旨ラー油〜	133	1.8	3.2	23.8	0.9
北陸家系	国産ラーメン海苔（3枚）	2	0.4	0.0	0.4	0.0

新フェア・季節定番 メニュー						
メニューカテゴリ		栄養成分値（1食当たり）推定値				
		ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
9/4開始フェア	のどぐろ塩炙り	37	1.8	0.5	5.9	0.5
9/4開始フェア	みなみ鮨中とろぶつ&蟹包み	57	2.9	2.3	6.6	0.3
9/4開始フェア	秋の彩り三種盛り	146	5.2	5.6	18.7	0.8
9/4開始フェア	かにカマ天にぎり	96	2.5	3.9	12.5	0.6
9/4開始フェア	みなみ鮨中とろ	63	1.9	3.1	5.6	0.2
9/4開始フェア	みなみ鮨中とろ塩炙り	63	1.9	3.1	5.6	0.8
9/4開始フェア	活♂ふわとろ煮穴子	53	3.2	1.7	5.9	0.3
9/4開始フェア	かっぱの特盛軍艦三昧	142	6.5	3.5	21.1	0.9
9/4開始フェア	かっぱの彩りとろ三昧	168	8.1	6.6	18.5	0.9
9/4開始フェア	みなみ鮨中とろぶつ包み	54	2.2	2.3	6.7	0.2
9/4開始フェア	活♂ふわとろ煮穴子炙り	53	3.2	1.7	5.9	0.3
9/4開始フェア	おでん 5種盛り合わせ	99	8.4	3.7	8.1	3.2
9/4開始フェア	柚子胡椒（小袋）	1	0.0	0.0	0.1	0.3
9/4開始フェア	みそだれ（小袋）	19	0.6	0.3	3.5	0.4
9/4開始フェア	かっぱのシャリドーナツ〜きなこ〜2個	110	1.5	3.5	18.0	0.4
9/4開始フェア	かっぱのシャリドーナツ〜シナモン〜2個	110	1.5	3.6	17.6	0.4
9/4開始フェア	パニアアイス&カットマスクメロン	97	2.1	4.9	11.1	0.1
限定店舗	一人前コク旨醤油ラーメン	691	18.9	29.7	77.9	10.7
限定店舗	一人前濃厚豚骨ラーメン	592	32.0	23.8	93.0	9.6
限定店舗	チャーシューマヨ小丼	266	4.7	11.4	35.1	1.7
コラボ	栄屋本店 監修 冷し醤油らーめん (冷)	318	15.4	13.2	33.8	4.2
コラボ	栄屋本店 監修 鳥中華らーめん (温)	374	14.4	16.1	42.4	4.6
コラボ	栄屋本店 監修 とろろ冷し醤油らーめん(冷)	350	16.3	13.2	41.0	4.2
コラボ	追いシャリ〜とろろ&きゅうり〜	128	2.1	0.8	27.6	0.8
コラボ	ドクター・ベツパー	76	0.0	0.0	19.1	0.0

更新日 2025年11月6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 エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
限定居酒屋	瀬戸内海産蒸し牡蠣 たっぶりボン酢ジュレがけ	68	4.7	1.6	9.9	0.9
限定居酒屋	生たこのカルパッチョ風 ねぎ胡麻油がけ	80	3.2	6.1	2.2	1.2
限定居酒屋	甘がり天盛り	90	0.8	6.2	8.2	2.3
限定居酒屋	海鮮ユッケ とろ〜り玉子添え	181	17.5	11.1	0.7	0.2
限定居酒屋	贅沢うにつまみ	24	3.0	0.9	0.7	0.1
限定居酒屋	3種の海鮮 ねぎザク旨ラー油がけ	102	7.5	6.6	3.1	0.3
限定居酒屋	国産美し豆腐の冷やっこ〜三重県産大豆使用〜	55	6.3	2.2	2.6	0.1
限定居酒屋	国産美し豆腐のサラダ	166	7.1	11.4	8.5	1.4
限定居酒屋	瀬戸内海産蒸し牡蠣 ボン酢ジュレ	40	1.3	0.0	6.1	0.4
限定居酒屋	瀬戸内海産蒸し牡蠣 焦がし醤油炙り	40	1.3	0.0	6.2	0.4
限定居酒屋	炭火焼かつおたたき 柚子ボン酢風	82	7.0	0.2	12.6	0.7
限定居酒屋	とろ〜り玉子のぶっかけうどん	233	10.7	6.5	30.8	1.5
限定居酒屋	とろ〜り玉子	80	6.5	5.5	0.2	0.2
限定居酒屋	店内仕込うに醤油と刺身盛り合わせ	68	9.7	2.0	2.0	0.4
限定居酒屋	サーモンカルパッチョ	100	6.9	5.5	4.3	0.8
限定居酒屋	炙りとろ♂さば	123	6.9	9.5	2.3	0.4
限定居酒屋	店内仕込うに醤油と甘海老大葉包み	40	2.9	0.2	6.7	0.4
限定居酒屋	店内仕込うに醤油と甘海老海苔包み	41	3.1	0.2	6.9	0.4
アサイー	ミニアサイーボウル〜はちみつ〜	111	1.1	3.4	32.1	0.0
アサイー	ミニアサイーボウル	102	1.1	3.4	29.7	0.0
アサイー	ミニアサイー&ピタヤボウル	106	1.1	3.4	30.6	0.0
アサイー	まぜまぜスムージー風 アサイー&アセロラ	212	2.5	9.1	46.7	0.4
アサイー	まぜまぜスムージー風 ダブルアサイー&アセロラ	187	1.1	6.3	61.1	0.3
アサイー	アセロラアップルドリンク	52	0.3	2.0	12.2	0.3
テイクアウト	秋のごちそうオードブル(2〜3人前)	1,961	63.2	117.9	162.5	13.9



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。

秋季節定番メニュー・店舗限定ランチ

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 エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
秋季節定番	活〆はまちはらみ	68	3.6	2.7	6.3	0.3
秋季節定番	なすの揚げひたし ごまみそだれ	98	1.3	3.8	13.5	1.0
秋季節定番	活〆真鯛炙り 柚子胡椒仕立て	48	3.0	1.3	5.7	0.2
秋季節定番	国産炭焼きかつおたたき 柚子胡椒仕立て	39	3.4	0.1	5.7	0.2
秋季節定番	塩こうじ仕立ての真さば竜田揚げにぎり	76	3.3	3.1	8.2	0.5
秋季節定番	塩こうじ仕立ての真さば竜田揚げマヨにぎり	98	3.4	5.5	8.2	0.6
秋季節定番	炙り〆にしん	95	3.4	3.8	11.3	0.6
秋季節定番	炙り〆にしん（大葉）	95	3.4	3.8	11.3	0.6
秋季節定番	うなぎ（1貫）	59	3.7	3.2	3.9	0.3
秋季節定番	うなぎ炙り（1貫）	59	3.7	3.2	3.9	0.3
秋季節定番	合鴨コース	80	3.4	2.1	11.5	0.8
秋季節定番	合鴨コース オニオンマヨ	110	3.5	5.3	11.7	0.9
秋季節定番	豚タン塩ダレ	43	1.6	1.4	5.7	0.4
秋季節定番	豚タン塩ダレ（大葉）	43	1.6	1.4	5.7	0.4
秋季節定番	豚タン塩ダレ炙り	44	1.6	1.4	6.0	0.4
秋季節定番	まいたけ天にぎり	108	1.9	3.9	16.7	0.5
秋季節定番	納豆かっぱ軍艦	115	4.4	3.9	15.2	0.6
秋季節定番	オクラいかめかふ納豆かっぱ軍艦	97	3.1	2.7	14.6	0.6
秋季節定番	甘海老大葉包み	37	2.5	0.1	6.4	0.3
秋季節定番	甘海老包み	38	2.7	0.1	6.6	0.3
秋季節定番	甘海老にぎり	68	4.6	0.1	11.3	0.6
秋季節定番	ごちそう和風ハンバーグにぎり	154	4.8	8.1	14.6	1.0
秋季節定番	天然車海老	41	4.2	0.1	5.6	0.3
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～みなみ鮨中とろ使用～	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	146	6.8	3.8	21.2	0.9
ごち寿司	とろ三昧～本鮨中とろ使用～	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

更新日 2025年9月4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 エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
秋季節定番	塩こうじ仕立ての真さば竜田揚げ	200	9.5	13.3	25.0	1.4
秋季節定番	ちょこっとまいたけ天盛り	58	1.3	3.8	5.4	0.1
秋季節定番	季節の天ぷら盛り合わせ～天つゆ付き～	265	8.6	14.3	25.5	1.3
秋季節定番	合鴨コースと柚子の茶碗蒸し	103	10.1	5.7	2.4	2.2
秋季節定番	まいたけとかつお出汁館の茶碗蒸し	60	6.5	2.8	2.3	1.7
秋季節定番	大えびと秋野菜天の”ごち”うどん	356	12.0	11.6	50.0	3.0
秋季節定番	まいたけと牛肉の国産米粉入りフォー	197	6.1	6.6	28.0	4.0
秋季節定番	とろ～り大玉揚げたこ焼き（2個）	196	2.7	13.9	15.3	1.1
秋季節定番	特盛 とろ～り大玉揚げたこ焼き（5個）	479	6.8	33.1	38.3	2.7
秋季節定番	かっぱの極み贅沢にぎり～秋の五貫～	269	17.7	8.0	29.2	1.7
秋季節定番	かっぱの極み贅沢にぎり～秋の七貫～	396	25.5	12.0	43.4	2.3
コラボ	ブルボン監修 ルマンド プレミアムプリン	235	3.0	11.6	29.6	0.3
コラボ	ブルボン監修 ルマンド プレミアムプリンパフェ	341	4.5	17.0	42.2	0.3
コラボ	お持ち帰り用 ブルボン監修 ルマンド プレミアムプリン	242	3.3	13.1	27.6	0.3
秋季節定番	かっぱのオリジナル醤油キャラメルアイス	85	1.8	3.8	10.9	0.1
秋季節定番	濃厚チョコレートムース～ストロベリーソース～	207	2.4	14.3	17.5	0.2
秋季節定番	蜜おさつとバニラアイス	204	1.9	7.7	32.1	0.0
秋季節定番	蜜おさつと醤油キャラメルアイス	203	2.4	7.5	31.6	0.1
夏季節定番	まぜまぜシェイク マンゴーラッシー風	250	2.3	9.0	42.1	0.3
夏季節定番	アルフォンソマンゴー（果汁30％）	97	0.4	0.0	26.0	0.0
夏季節定番	ヨーグルトアイスボウル～はちみつかけ～	295	2.9	15.6	36.2	0.3
夏季節定番	ヨーグルトアイスボウル	277	2.9	15.6	31.6	0.3
夏季節定番	カムジャパン	149	3.5	7.9	16.8	0.6
夏季節定番	マンゴー杏仁豆腐	159	2.7	9.4	16.1	0.1
夏季節定番	いちごのプレミアムプリンパフェ	328	5.6	17.2	37.1	0.2

秋季節定番メニュー・店舗限定ランチ

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 エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
限定ランチ	炙り真鯛の塩ラーメン 茶碗蒸し・いなり2個セット	490	19.6	15.6	66.0	6.5
限定ランチ	えび天うどん茶碗蒸し いなり2個セット	497	22.6	16.4	62.4	5.4
限定ランチ	9種の海鮮丼 あおさの味噌汁セット	467	28.4	7.0	70.0	6.3
限定ランチ	まぐろづくし丼 あおさの味噌汁セット	511	30.5	7.3	77.0	7.1
限定ランチ	贅沢 大海老天丼 あおさの味噌汁セット	715	20.7	23.5	97.8	6.4
限定ランチ	贅沢 うにいくら丼 あおさの味噌汁セット	485	20.7	6.0	83.5	7.1
限定ランチ	にぎり12貫〜人気ネタづくし〜 茶碗蒸し・あおさの味噌汁セット	575	37.1	10.9	75.8	6.5
限定ランチ	かっぱの極み贅沢にぎり〜秋の七貫〜 茶碗蒸し・あおさの味噌汁セット	500	34.4	15.9	51.2	6.3
どんぶり	9種の海鮮丼	423	25.9	6.0	64.0	3.7
どんぶり	まぐろづくし丼	467	28.0	6.3	71.0	4.5
どんぶり	贅沢大海老天丼	671	18.2	22.5	91.8	3.8
どんぶり	贅沢うにいくら丼	441	18.2	5.0	77.5	4.5
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				
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	スパークリング清酒 霽	147				
アルコール	アサヒ ゼロ	98				
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

更新日 2025年9月4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 エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	g
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	30.8	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	33.6	12.1	70.0	5.8
おにぎり	香ばし炙りおにぎり	161	16.5	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	19.7	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	18.0	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	21.2	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	17.1	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	20.3	4.1	38.4	4.1
おにぎり	香ばし炙りおにぎり〜いくらこのせ〜	173	17.9	2.1	33.1	1.7
おにぎり	香ばし炙りおにぎり〜いくらこのせ〜 玉ねぎと油揚げの味噌汁セット	231	21.1	4.3	38.8	4.1
夏季節定番	生たこ きゅう胡麻油	78	2.5	2.1	11.5	0.5
夏季節定番	つぶ貝 きゅう胡麻油	81	3.0	2.0	11.8	0.5
夏季節定番	サーモン 爽やかトマト塩ジュレ	87	3.7	2.1	12.3	1.2
夏季節定番	えび 爽やかトマト塩ジュレ	72	4.7	0.2	12.3	1.3
夏季節定番	えび天 中華チリソース	97	7.3	1.2	12.3	1.0
夏季節定番	はたて サクサク天かすと中華チリソース	43	1.8	0.7	6.5	0.6
夏季節定番	赤いかげソ サクサク天かすと中華チリソース	79	2.5	1.4	12.8	0.9
夏季節定番	キス天にぎり	73	3.0	2.6	8.9	0.3
夏季節定番	生ハム	68	3.2	0.7	11.9	0.7
夏季節定番	生ハム オニオンマヨ	91	3.3	3.1	12.2	0.8
夏季節定番	大切り蝦夷あわび	42	3.3	0.1	6.6	0.4
夏季節定番	なす揚げびたし	91	1.1	3.5	13.6	0.9
夏季節定番	なす揚げびたし とろろのせ	94	1.2	3.5	14.3	0.9
夏季節定番	とろっとサーモンハラス	49	2.3	1.6	5.6	0.2
夏季節定番	3種のサーモン食べ比べ	142	7.1	4.1	17.5	0.6
夏季節定番	とり天にぎり	85	3.8	3.3	9.7	0.6
夏季節定番	とり天にぎりマヨ	100	3.8	4.9	9.7	0.6



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。
- ・栄養成分地は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。

2025年度 定番メニュー

更新日 2025年6月12日

商品カテゴリー	商品名	栄養成分値（1食当たり）推定値						商品カテゴリー	商品名	栄養成分値（1食当たり）推定値					
		ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相			ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	mg	g			kcal	g	g	g	mg	g
にぎり	まぐろ・いか二種盛り	67	4	0	12	-	0.4	軍艦	感動コーン	111	1	4	17	-	1
	まぐろ二種盛り（まぐろ・びんちょう）	73	5.6	0.2	11.3	-	0.4		いかオクラめかぶ軍艦	58	1.9	0.2	12.3	-	0.6
	まぐろ・サーモン二種盛り	79	4.8	1.3	11.3	-	0.4		いかオクラめかぶ納豆軍艦	74	3.0	1.1	12.8	-	0.6
	はまち・いか二種盛り	82	3.9	1.9	11.6	-	0.5		たらこマヨ軍艦	118	2.9	5.2	14.6	-	1.2
	はまち・えび二種盛り	85	4.8	2.0	11.3	-	0.4		たらこ軍艦	75	2.9	0.3	14.8	-	1.1
	はまち・えんがわ二種盛り	91	3.1	3.3	11.4	-	0.4		ねぎとろ軍艦	81	3.9	1.2	13.2	-	0.6
	はまち・サーモン二種盛り	94	4.5	3.1	11.3	-	0.4		ねぎとろの山かけ	79	3.0	0.8	14.8	-	0.6
	まぐろ	71	5.5	0.2	11.3	-	0.4		まぐたく軍艦	77	3.2	0.9	13.5	-	0.8
	中とろ	71	2.9	3.7	5.6	-	0.2		卵黄ねぎとろ	95	4.1	2.5	13.3	-	0.5
	中とろ塩炙り	72	2.9	3.7	5.9	-	0.5		ねぎとろ納豆	90	4.3	1.7	14.2	-	0.6
	びん長まぐろ	73	5.8	0.2	11.3	-	0.4		甘海老軍艦	67	3.0	0.1	13.0	-	0.5
	天然あじ	75	4.7	0.8	11.5	-	0.5		甘海老マヨ軍艦	111	3.1	5.0	13.0	-	0.6
	赤えび塩炙り	36	2.4	0.0	6.0	-	0.4		国産釜揚げしらす軍艦	66	2.3	0.2	13.4	-	0.6
	えび	68	4.7	0.2	11.3	-	0.5		国産釜揚げしらす軍艦（大葉）	65	2.3	0.2	13.1	-	0.6
	アボカドえび	111	5.1	4.5	12.5	-	0.6		海鮮たたきザク旨ラー油軍艦	111	4.1	4.0	14.0	-	0.5
	えびマヨペッパー炙り	105	4.8	4.2	11.3	-	0.6		海鮮たたきザク旨ラー油マヨ軍艦	126	5.2	5.4	13.7	-	0.5
	えびマヨ炙り	105	4.8	4.2	11.3	-	0.6		牛しぐれ煮軍艦	116	3.0	4.4	15.4	-	0.7
	浜焼き風えび	107	4.9	4.2	11.7	-	0.8		卵黄牛しぐれ煮軍艦	118	3.3	4.7	14.8	-	0.6
	生えび塩レモン	63	3.3	0.2	11.6	-	1.1		サラダ軍艦	132	2.8	6.2	15.9	-	0.8
	うなぎ	118	7.3	6.4	7.7	-	0.6		サラたく軍艦	112	2.2	4.4	15.4	-	0.9
	うなぎ炙り	118	7.3	6.4	7.7	-	0.6		いくら	70	2.8	1.0	12.1	-	0.6
	サーモン	68	2.4	1.3	11.3	-	0.4		とびこ軍艦	66	2.6	0.4	12.7	-	1.0
	アボカドサーモン	136	4.5	7.5	12.3	-	0.5		かにみそ	77	1.9	0.6	15.5	-	0.7
	オニオン盛りサーモン	88	3.8	2.1	12.5	-	0.4		かにみそマヨ	120	1.9	5.5	15.3	-	0.7
	オニオン盛りサーモンマヨ	125	3.9	6.1	12.5	-	0.5		あん肝軍艦	112	2.1	5.1	13.4	-	0.4
	とろサーモン	113	3.6	5.0	11.9	-	0.5		かにカマサラダ軍艦	136	2.4	7.4	14.4	-	0.8
	とろサーモン塩炙り	101	3.2	4.5	11.6	-	1.0		寿司屋のたたき	104	5.3	3.0	13.3	-	0.5
	サーモンマヨ炙り	120	3.8	6.1	11.3	-	0.5		卵黄とろろ軍艦	81	2.0	1.7	13.9	-	0.4
	サーモンマヨペッパー炙り	120	3.8	6.1	11.3	-	0.5		卵黄納豆軍艦	91	3.4	2.7	12.8	-	0.5
	活〆はまち	50	2.5	1.8	5.7	-	0.2		なっとう軍艦	98	4.6	2.0	15.3	-	0.7
	活〆はまち 焦がし醤油炙り	52	2.6	1.8	6.1	-	0.4		かにカマサラダ かつば軍艦	114	2.5	6.8	14.8	-	0.9
	はまちはらみ	64	3.5	2.6	5.6	-	0.2		サラダ感動コーン軍艦	122	2.2	5.3	16.3	-	0.7

商品カテゴリー	商品名	栄養成分値（1食当たり）推定値						商品カテゴリー	商品名	栄養成分値（1食当たり）推定値					
		ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相			ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	mg	g			kcal	g	g	g	mg	g
	はまちはらみ塩炙り	65	3.5	2.6	5.9	-	0.5		特盛サーモンぶつ かつば軍艦	57	2.6	2.3	6.6	-	0.2
	活〆真鯛	42	2.3	1.0	5.6	-	0.2		特盛サーモンぶつマヨ かつば軍艦	65	2.6	3.1	6.6	-	0.2
	活〆真鯛塩炙り	43	2.3	1.0	5.9	-	0.5		サラダねぎとろ軍艦	106	3.4	3.7	14.7	-	0.6
	大切り活〆真鯛	48	3.0	1.3	5.6	-	0.2		サラダ納豆軍艦	114	3.6	4.2	15.5	-	0.7
	大切り活〆真鯛塩炙り	49	3.0	1.3	5.8	-	0.5		感動コーン かつば軍艦	126	1.3	5.9	16.6	-	0.6
	天然〆いわし	71	2.9	1.2	11.5	-	0.4		お豆で作ったキーマカレー & 感動コーン かつば軍艦	115	1.8	4.5	16.4	-	0.6
	とろ〆さば	105	4.3	4.4	11.7	-	0.6		お豆で作ったキーマカレー かつば軍艦	103	2.2	3.1	16.1	-	0.6
	とろ〆さば炙り	105	4.3	4.4	11.7	-	0.6		とろろ牛しぐれ煮軍艦	105	2.6	3.1	16.2	-	0.6
	肉厚とろ〆さばの押し寿司	184	7.1	9.3	15.9	-	1.3								
	ほたて	38	2.7	0.0	6.2	-	0.2	巻物	鉄火巻	149	7.1	0.4	28.9	-	1.0
	江戸前風 ほっき貝	34	1.2	0.2	6.4	-	0.2		ねぎとろ巻	148	4.7	1.2	28.8	-	1.2
	ほっき貝	31	1.2	0.1	5.9	-	0.2		かつば巻	130	2.4	0.3	29.4	-	1.0
	赤貝	57	2.0	0.1	11.7	-	0.5		干びよう巻	151	2.4	0.4	34.4	-	1.2
	真いか	63	3.0	0.2	12.0	-	0.5		なっとう巻	154	4.2	1.7	30.3	-	1.1
	甲いか	62	3.0	0.1	11.5	-	0.5		えび天巻	174	5.1	6.8	22.8	-	1.0
	甲いかいくらのだし	32	1.7	0.0	5.8	-	0.3		さかなの竜田ロール	232	10.2	8.3	28.1	-	1.3
	あかいかがし 玉ねぎポン酢	60	2.2	0.2	11.9	-	0.7	麺	えび天うどん	274	11.4	7.2	39.3	-	3.1
	あかいかがし（大葉）	57	2.2	0.2	11.3	-	0.5		きつねうどん	209	6.7	4.7	33.9	-	2.9
	浜焼き風 あかいかがし	97	2.4	4.2	11.9	-	0.8		まぐろ節香るかけうどん	147	5.6	0.5	28.8	-	2.7
	生たこ	58	2.4	0.2	11.3	-	0.5		かけうどん	158	4.5	1.6	30.3	-	2.7
	えんがわ	103	1.4	5.4	11.6	-	0.5		コク旨醤油ラーメン(コーンチャーシュー)	337	9.2	15.0	42.0	-	5.2
	煮穴子	98	3.3	3.0	13.8	-	0.6		炙り真鯛の塩ラーメン（コーンチャーシュー）	253	7.9	6.5	40.1	-	4.0
	上煮穴子一本	105	6.8	4.7	8.0	-	0.5		鯛スープの塩ラーメン（コーンチャーシュー）	276	7.3	8.1	43.0	-	4.2
	玉子	119	4.0	2.9	16.4	-	0.6		コク旨醤油ラーメン(メンマチャーシュー)	326	8.8	14.8	39.9	-	5.5
	浜焼き風 玉子	150	4.7	6.9	16.3	-	1.0		コク旨醤油ラーメン(メンマチャーシュー)～追い麺つき～	531	14.0	19.0	76.9	-	7.0
	えび天にぎり	104	4.0	3.0	14.9	-	0.6		鯛スープの塩ラーメン(メンマチャーシュー)	265	7.0	7.9	40.9	-	4.5
	えび天にぎりマヨ	126	4.1	5.4	14.9	-	0.7		鯛スープの塩ラーメン(メンマチャーシュー)～追い麺つき～	448	11.7	9.7	78.1	-	5.7
	えび天にぎり 玉ねぎポン酢	107	4.0	3.0	15.5	-	0.8		鯛スープと国産米粉のフォー	175	4.7	4.9	27.4	-	3.9
	大えび天包み ※西日本のみ	87	3.9	3.2	10.6	-	0.4		お豆で作ったキーマカレーと国産米粉のフォー	220	6.8	7.0	31.9	-	4.2
	大えび天包みマヨ ※西日本のみ	109	4.0	5.6	10.6	-	0.5		合鴨たぬきうどん（東日本）	236	9.2	7.7	30.8	-	3.6
	さくさくイカ天にぎり	166	6.8	6.6	19.0	-	0.7		合鴨たぬきうどん（西日本）	251	11.6	8.1	31.2	-	3.3
	さくさくイカ天にぎりマヨ	188	6.9	9.0	19.0	-	0.8		替え玉麺（コク旨）	205	5.2	4.2	37.0	-	1.5
	さくさくイカ天にぎり 玉ねぎポン酢	169	6.8	6.6	19.6	-	0.9		替え玉麺（鯛塩）	183	4.7	1.8	37.2	-	1.2
	天然キス天にぎり	73	3.0	2.6	8.9	-	0.3								
	ステーキ風まぐろ焦がし醤油炙り	75	5.7	0.2	12.1	-	0.8								
	甘海老大葉包み	38	2.8	0.1	6.4	-	0.3								
	甘海老塩レモン大葉包み	39	2.8	0.1	6.7	-	0.6								

商品カテゴリ	商品名	栄養成分値（1食当たり）推定値						商品カテゴリ	商品名	栄養成分値（1食当たり）推定値					
		ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相			ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	mg	g			kcal	g	g	g	mg	g
	こぼれかにカマコーンマヨ包み	91	2.3	4.9	9.7	-	0.6	サイドメニュー	あおさの味噌汁（関東）	44	2.5	1.0	6.0	-	2.6
	こぼれかにカマコーン鬼ペッパー包み	92	2.3	4.9	9.8	-	0.6		あおさの赤だし（関西）	42	2.4	1.0	5.5	-	2.6
	こぼれかにカマザク旨ラー油マヨ包み	80	2.2	4.3	8.4	-	0.5		あさりの味噌汁（関東）	114	14.6	2.4	7.0	-	3.2
	サラダザク旨ラー油包み	89	1.7	5.4	8.7	-	0.5		あさりの赤だし（関西）	111	14.4	2.4	6.5	-	3.2
	まぐろぶつ大葉包み	39	2.8	0.1	6.5	-	0.2		茶碗蒸し	60	6.4	2.9	1.8	-	1.4
	まぐろぶつたく大葉包み	40	2.8	0.1	6.6	-	0.3		かつおだしの餡かけ茶碗蒸し	64	6.5	2.9	2.5	-	1.7
	ねぎとろたく大葉包み	47	2.8	0.9	6.7	-	0.4		寿司屋のまかない海鮮サラダ	106	8.9	5.0	5.8	-	1.4
	国産釜揚げしらす 海苔包み	35	1.9	0.2	6.6	-	0.4		特盛フライドポテト〜ケチャップ添え〜	621	4.7	42.4	54.5	-	4.7
	国産釜揚げしらす 大葉包み	34	1.7	0.2	6.4	-	0.4		フライドポテト〜ケチャップ添え〜	305	2.4	20.2	28.1	-	2.6
									ちょこっとフライドポテト	172	1.3	12.1	14.4	-	0.7
	牛カルビ炙り	114	2.9	5.0	13.3	-	0.7		特盛フライドポテト〜ペッパーマヨ添え〜	715	4.7	54.5	50.6	-	4.5
	てりやきハンバーグ	123	5.2	4.9	14.4	-	1.1		フライドポテト〜ペッパーマヨ添え〜	399	2.4	32.3	24.2	-	2.4
	てりやきハンバーグマヨ	145	5.3	7.3	14.4	-	1.2		フライドポテト〜ザク旨ラー油マヨ添え〜	418	2.6	34.0	25.0	-	2.5
	なす揚げびたし	91	1.1	3.5	13.6	-	0.9		季節の天ぶら盛り合わせ〜天つゆ付き〜	258	11.2	15.1	18.7	-	1.3
	なす揚げびたし とろろのせ	94	1.2	3.5	14.3	-	0.9		玉ねぎ天盛り	126	2.0	5.5	17.6	-	0.2
	郷土料理「さんが」の大葉包み天にぎり	171	6.2	7.9	17.9	-	0.6		郷土料理「さんが」の大葉包み天盛り	121	5.6	7.8	6.6	-	0.2
	大切りうなぎ炙り&玉子 2種盛り	123	5.9	4.9	13.7	-	0.8		とり唐揚げ	327	16.8	21.1	18.1	-	2.2
	国産炭焼きかつおたたき	39	3.4	0.1	5.7	-	0.2		枝豆	142	11.6	6.8	9.5	-	0.7
	国産炭焼きかつおたたき 香味野菜仕立て	42	3.4	0.2	6.1	-	0.2		特盛 揚げたこ焼き〜マヨ・青ねぎ〜	363	5.7	28.8	20.9	-	1.8
									揚げたこ焼き〜マヨ〜	180	2.9	13.2	12.3	-	1.0
	いなり	156	5.3	4.7	22.3	-	1.0		揚げたこ焼き〜まぐろ節のせ〜	152	3.1	10.0	12.3	-	0.9
	ごま大葉いなり	186	5.6	7.0	24.5	-	1.1								
お子様	おこさまにぎりセット	406	12.2	20.8	42.0	-	2.8		かっぱのサラダ&サラダ	145	3.9	10.8	8.6	-	1.9
	おこさまカレーセット	449	8.4	22.5	53.4	-	3.6		星やハートのチキンナゲット	147	5.8	10.4	6.9	-	0.5
	おこさまプレート	182	9.9	3.0	27.8	-	1.1		ローストビーフのサラダ	72	4.1	4.1	5.3	-	1.6
	おこさまポテトプレート	299	2.1	20.2	27.3	-	1.2		フライドポテト〜バジルマヨ&レモン〜	358	2.3	27.9	24.2	-	1.3
	おこさまゼリー	36	0.0	0.0	9.8	-	0.2		水餃子〜ザク旨ラー油添え〜	184	5.2	9.8	18.8	-	0.8
	野菜入りチキンライス	39	1.1	0.4	7.8	-	0.2		ちょこっとアスパラ天盛り	120	1.5	9.6	7.4	-	0.2
	角切り野菜ミックス	22	0.4	0.1	4.8	-	0.2		冷やし茶碗蒸し	64	6.5	2.9	2.5	-	1.7
	おこさまパンケーキ	177	2.4	6.9	26.2	-	0.4		いくら満開！贅沢冷やし茶碗蒸し	76	8.1	3.2	3.2	-	1.8
	とろ〜りはちみつ	45	0.0	0.0	11.8	-	0.0		刺身盛り合わせ	96	12.7	3.4	2.3	-	0.1
	おこさまうどん(東日本)	182	5.5	1.9	34.3	-	2.9		ちょこっと刺身盛り〜まぐろ&とろぶつ〜	82	8.1	4.5	1.4	-	0.0
	おこさまうどん(西日本)	197	7.9	2.3	34.7	-	2.6		ちょこっと刺身盛り〜サーモン&サーモンぶつ〜	74	6.4	4.1	1.4	-	0.0
	ごちそうハンバーグカレー	276	7.3	8.8	40.4	-	2.1		ちょこっと刺身盛り〜活〆真鯛&海鮮たたき〜	67	7.4	3.2	1.4		0.0
	ごちそうハンバーグにぎり〜ケチャップつき〜	132	4.7	5.6	14.8	-	0.9		先ずコレ！ かっぱの定番オススメにぎり7貫セット	320	15.5	9.4	40.1		1.3
									シャリハーフにぎり8貫 厳選ネタ尽くし	248	14.8	7.1	28.8	-	1.3
									シャリハーフ にぎり12貫 人気ネタづくし	298	22.1	6.3	35.4	-	2.6

更新日 2025年6月12日

商品カテゴリー	商品名	栄養成分値（1食あたり）推定値						商品カテゴリー	商品名	栄養成分値（1食あたり）推定値					
		ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相			ギ エ ネ ル	く た 質 ん ば	脂 質	物 炭 水 化	ウ ナ ム ト リ	当 食 量 塩 相
		kcal	g	g	g	mg	g			kcal	g	g	g	mg	g
	舍利玉1貫あたり	25	0.3	0.1	5.7	-	0.2	デザート	チョコレートケーキ	185	2.5	11.6	17.6	-	0.1
	舍利玉（ハーフ） 1 貫あたり	13	0.2	0.0	2.8	-	0.1		しっとりクリームケーキ	119	1.4	7.1	12.3	-	0.1
	がり（客席用1皿あたり）	3	0.0	0.1	0.6	-	1.1		プレミアムプリン	165	4.4	9.2	16.0	-	0.1
	わさび（小袋：1.5 g）	3	0.0	0.1	0.6	-	0.0		プレミアムホイッププリン	204	4.6	12.5	18.0	-	0.1
									いちご練乳 杏仁豆腐	168	2.9	9.6	17.3	-	0.1
									バニラアイス	86	1.3	4.0	11.4	-	0.0
									いちごアイス	82	1.3	3.2	12.1	-	0.0
									ミニ雪見大福（2個）	104	1.2	3.6	16.8	-	0.1
	マヨネーズ（3 0 0 g）	737	1.9	80.9	0.4	-	1.7		ミニ雪見大福（4個）	208	2.4	7.2	33.6	-	0.1
	醤油（客席用）（関東）	77	6.7	0.0	12.7	-	13.2		さっぱりシチューアイス	69	1.3	4.1	6.5	-	0.1
	醤油（客席用）（関西）	101	5.9	0.0	17.3	-	13.5		いちごのプレミアムプリンパフェ	328	5.6	17.2	37.1	-	0.2
	醤油（客席用）減塩	91	8.6	0.0	12.1	-	8.1		バイクドチーズケーキ	149	2.9	10.3	11.1	-	0.3
	特製甘タレ（客席用）	156	2.4	0.0	36.7	-	5.0		京わらび餅	116	0.4	0.2	29.2	-	0.0
	七味唐辛子（小袋：0.2 g）	1	0.0	0.0	0.1	-	0.0								
	すし醤油（小袋：5 g）	4	0.3	0.0	0.8	-	0.7	スポット	特製漬けごま真鯛	47	2.5	1.3	6.1	-	0.4
	穴子のタレ（小袋：4 g）	8	0.0	0.0	2.0	-	0.2		真鯛食べ比べ	93	5.3	2.5	12.1	-	0.6
	コーヒーフレッシュ（1 個：5 g）	10	0.2	1.0	0.2	-	0.0		特製漬けごま真鯛炙り	46	2.5	1.1	6.1	-	0.4
	スティックシュガー（1 本：3 g）	12	0.0	0.0	3.0	-	0.0		特製漬けごま真鯛天盛り	241	10.5	14.4	17.2	-	1.2
	ガムシロップ（1 個：8 g）	2	0.0	0.0	0.5	-	0.0		おはぎ	123	2.8	0.2	27.1	-	0.2
									おはぎ～きな粉がけ～	126	3.1	0.5	27.4	-	0.2
									ふわもち小豆団子	112	2.2	0.4	25.4	-	0.0
ドリンク	からだすこやか茶W 350ml	0	0.0	0.0	-	-	0.1	ドリンク	アサヒドライゼロ（ノンアルコール）	0	0.0	0.0	1.4～4.2	-	0.0
	アップル果汁100%	77	0.2	0.4	20.6	-	0.0		アサヒスーパードライ生ビール（大）	235	1.1	0.0	16.8	-	0.0
	グレープ果汁100%	86	0.6	0.6	22.4	-	0.0		アサヒスーパードライ生ビール	126	0.6～1.2	0.0	9.0	-	0.0
	ぷるんぷるんQ o o りんご	96	0.0	0.0	23.9	-	0.0		ブラックニッカハイボール	88	-	-	-	-	0.0
	ぷるんぷるんQ o o ぶどう	96	0.0	0.0	23.9	-	0.0		ブレーンサワー	97	0.0	0.0	5.4	-	0.1
	ぷるんぷるんQ o o もも	96	0.0	0.0	23.9	-	0.0		生絞りレモンサワー	112	0.2	0.2	8.8	-	0.1
	コカ・コーラ 190mlびん	87	0.0	0.0	20.5	-	0.0		金黒 お湯割り	88	0.0	0.0	0.0	-	0.0
	ジンジャーエール 207mlびん	70	0.0	0.0	17.4	-	0.0		金黒 水割り	88	0.0	0.0	0.0	-	0.0
	ホットコーヒー	4	0.2	0.0	0.7	-	0.0		金黒 ロック	88	0.0	0.0	0.0	-	0.0
	アイスコーヒー	4	0.2	0.0	0.7	-	0.0								
	カルピスM	84	0.4	0.0	20.7	-	0.0								
	コーラM	86	0.0	0.0	21.5	-	0.0								
	ジンジャーエールM	67	0.0	0.0	16.3	-	0.0								
	メロンソーダM	95	0.0	0.0	21.5	-	0.0								