

**【栄養成分&アレルギー情報】**

◎栄養成分は原則として「日本食品標準成分表」による計算値です。数値は標準的なレシピ表に基づいたものですが、商品は手作りであるため若干の誤差を生じる場合がありますのでご了承ください。また商品内容変更に伴い情報は随時変更されますのでご注意ください。

◎この一覧表に表示したアレルギー情報は、全ての原材料を調査した理論上のものです。アレルギー物質の含有量に関わらず原材料に使用しているものを表示しています。

しかし、本来はその商品に使わない食材が調理時に調理器具を共有する場合がありますので、接触する可能性があり絶対的なものではありません。

また、アレルギー物質に対する感受は個人によって差があります。このデータはあくまでも一つの目安としてご覧いただき、最終的にはお客様ご自身が専門医にご相談の上、ご判断下さいませようお願い申し上げます。

2023年5月17日 1/5

◎原材料に使用している物質には●印をつけています。 ◎原材料には含まれておりませんが、店舗にて調理器具・備品等を共有、工場製造ラインを共有しているもの等には△印をつけています。

◎タレに関しては平均的な1人前の量として算出しております。

●使用食材の変更に伴い、一部調理工程を見直したことにより栄養成分が変更になることもあります。

商品名	特定原材料 7品目							特定原材料に準ずるもの 21品目														栄養成分										
	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まいたけ	もも	山芋	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	アーモンド	エネルギー【kcal】	食塩相当量【g】	たんぱく質【g】	脂質【g】	炭水化物【g】
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		693	6.8	27.5	27.1	83.7
低糖質麺あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		649	6.8	31.5	27.3	83.9
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		497	5.7	20.3	24.1	50.8
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		920	8.7	36.6	32.4	117.3
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		1084	8.9	42.0	33.1	149.5
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん(あさり増量)	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		716	7.4	31.0	27.4	85.4
低糖質麺あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん(あさり増量)	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		672	7.4	34.9	27.6	85.6
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん(あさり増量) 麺少なめ	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		521	6.3	23.7	24.4	52.5
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん(あさり増量)(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		943	9.3	40.1	32.7	119.0
あさりとアスパラの鶏白湯ちゃんぽん(あさり増量)(麺増量2倍)	●		△	●	△	△	△	△		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△		1107	9.5	45.5	33.4	151.1
長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		642	7.1	21.9	23.5	83.4
低糖質麺長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		598	7.1	25.9	23.7	83.6
長崎ちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		465	5.9	16.2	21.8	50.9
長崎ちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		820	9.2	28.1	25.2	116.2
長崎ちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		984	9.4	33.5	25.8	148.3
減塩・長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●		635	4.6	22.1	23.0	82.7
低糖質麺 減塩・長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●		591	4.6	26.0	23.3	83.0
減塩・長崎ちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●		818	6.5	28.5	25.0	115.6
減塩・長崎ちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●		982	6.7	33.9	25.7	147.7
野菜たっぷりちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		790	9.1	25.8	34.4	94.0
低糖質麺 野菜たっぷりちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		746	9.1	29.8	34.6	94.3
野菜たっぷりちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		968	11.2	31.8	36.1	126.9
野菜たっぷりちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		1132	11.4	37.2	36.7	159.0
野菜たっぷりちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		626	8.9	20.4	33.7	61.9
彩りちゃんぽん(わさびドレッシング)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		693	7.7	23.3	25.3	91.9
低糖質麺彩りちゃんぽん(わさびドレッシング)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		649	7.7	27.3	25.5	92.1
彩りちゃんぽん(わさびドレッシング) 麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		522	6.6	17.6	24.1	59.4
彩りちゃんぽん(わさびドレッシング)(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		871	9.9	29.3	26.9	124.7
彩りちゃんぽん(わさびドレッシング)(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		1035	10.1	34.7	27.6	156.8
彩りちゃんぽん(バジルソース)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		698	7.8	23.0	27.5	88.3
低糖質麺彩りちゃんぽん(バジルソース)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		654	7.8	27.0	27.7	88.5
彩りちゃんぽん(バジルソース) 麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		527	6.6	17.3	26.3	55.8
彩りちゃんぽん(バジルソース)(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		877	9.9	29.1	29.2	121.1
彩りちゃんぽん(バジルソース)(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△	△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●		1041	10.1	34.4	29.8	153.2

	商品名	特定原材料 7品目					特定原材料に準ずるもの 21品目															栄養成分												
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まいたけ	もも	山芋	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	...	アーモンド	エネルギー【kcal】	食塩相当量【g】	たんぱく質【g】	脂質【g】	炭水化物【g】
ちゃんぽん類	ピリカラちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	●		●				687	7.4	23.2	26.9	84.8
	低糖質麺 ピリカラちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	●		●				643	7.4	27.0	27.7	88.5
	ピリカラちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	●		●				865	9.5	29.1	28.6	117.7
	ピリカラちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	●		●				1029	9.7	34.5	29.2	149.8
	ピリカラちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	●		●				523	7.2	17.7	26.2	52.7
	みそちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				702	8.0	25.7	25.7	89.8
	低糖質麺みそちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				658	8.0	29.7	25.9	90.0
	みそちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				902	10.3	32.9	28.4	124.6
	みそちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1066	10.5	38.3	29.0	156.7
	みそちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				520	6.7	19.4	24.0	56.3
	超こってりちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				1020	7.4	28.8	59.0	91.0
	低糖質麺 超こってりちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				976	7.4	32.8	59.2	91.2
	超こってりちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				1202	10.2	35.3	60.8	124.1
	超こってりちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				1366	10.4	40.7	61.5	156.3
	超こってりちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				750	5.8	22.6	48.8	54.8
	和風あんかけちゃんぽん九条ねぎ(レギュラー)	●		△	●	△	△	△	△		△		△			●	●	△	△			△	△	△		△				474	8.3	18.3	1.7	95.3
	和風あんかけちゃんぽん九条ねぎ(低糖質麺)	●		△	●	△	△	△	△		△		△			●	●	△	△			△	△	△		△				430	8.3	22.2	1.9	95.5
	和風あんかけちゃんぽん九条ねぎ(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	△	△	△		△		△			●	●	△	△			△	△	△		△				672	11.2	24.7	2.4	134.9
	和風あんかけちゃんぽん九条ねぎ(麺増量2倍)	●		△	●	△	△	△	△		△		△			●	●	△	△			△	△	△		△				836	11.4	30.1	3.1	167.0
	和風あんかけちゃんぽん九条ねぎ 麺少なめ	●		△	●	△	△	△	△		△		△			●	●	△	△			△	△	△		△				286	6.8	12.3	1.1	57.8
	九条ねぎ35g	△		△	△	△	△	△	△		△		△			△	△	△	△			△	△	△		△				10	0.0	0.7	0.1	2.3
	ラフテーちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				773	7.5	31.9	32.6	86.1
	低糖質麺 ラフテーちゃんぽん	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				729	7.5	35.9	32.9	86.3
	ラフテーちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				949	9.3	38.9	33.5	119.1
	ラフテーちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				1113	9.5	44.3	34.2	151.2
	ラフテーちゃんぽん 麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△		△			●	●	●	●			△	△	●		●				598	5.6	24.9	31.8	53.2
	ラフテー(1枚)	●		△	△	△	△	△	△		△		△			●	●	△	●			△	△	△		△				121	0.6	4.0	10.3	2.9
	北海道コーンみそちゃんぽん(レギュラー)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				861	8.3	28.1	36.7	102.0
	北海道コーンみそちゃんぽん(低糖質麺)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				817	8.3	32.1	36.9	102.2
	北海道コーンみそちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1063	10.8	35.4	39.5	137.0
北海道コーンみそちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1227	11.0	40.8	40.2	169.1	
北海道コーンみそちゃんぽん 麺少なめ	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	△		●				641	7.0	21.6	31.2	68.5	
コーン 60gあたり	△		△	△	△	△	△	△		△		△			△	△	△	△			△	△	△		△				59	0.0	1.7	0.9	11.6	
バター 6gあたり	△		△	●	△	△	△	△		△		△			△	△	△	△			△	△	△		△				44	0.1	0.1	4.9	0.1	
コーン+バター	△		△	●	△	△	△	△		△		△			△	△	△	△			△	△	△		△				104	0.1	1.8	5.8	11.7	
野菜たっぷり食べるスープ	●		△	●	△	●	△	●		△		△			△	●	●	●			△	△	●		●				420	6.9	19.1	26.9	29.8	
皿うどん類	長崎皿うどん	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				720	6.3	16.1	37.4	81.5	
	長崎皿うどん麺少なめ	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				540	6.2	13.2	28.0	60.5	
	長崎皿うどん(麺増量2倍)	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1137	9.4	22.4	56.8	135.7	
	野菜たっぷり皿うどん	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				874	7.3	19.5	47.2	96.3	
	野菜たっぷり皿うどん(麺増量2倍)	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1271	9.5	25.7	66.6	145.7	
	野菜たっぷり皿うどん麺少なめ	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				694	7.3	16.7	37.9	75.3	
	彩り皿うどん(わさびドレッシング)	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				771	7.0	17.4	39.1	90.0	
	彩り皿うどん(わさびドレッシング) 麺少なめ	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				592	6.9	14.6	29.7	69.0	
	彩り皿うどん(わさびドレッシング)(麺増量2倍)	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1188	10.1	23.8	58.5	144.2	
	彩り皿うどん(バジルソース)	●		△	●	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				777	7.0	17.2	41.4	86.4	
	彩り皿うどん(バジルソース) 麺少なめ	●		△	●	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				597	6.9	14.3	32.0	65.5	
	彩り皿うどん(バジルソース)(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1194	10.1	23.5	60.8	140.7	
	ピリカラ皿うどん	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				765	6.6	17.2	40.8	83.0	
	ピリカラ皿うどん(麺増量2倍)	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				1182	9.7	23.5	60.2	137.3	
ピリカラ皿うどん麺少なめ	●		△	△	△	●	△		●		△			△	●	●	●			△	△	△		●				585	6.5	14.3	31.4	62.1		

	商品名	特定原材料 7品目							特定原材料に準ずるもの 21品目														栄養成分											
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まいたけ	もも	山芋	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	……	アーモンド	エネルギー [kcal]	食塩相当量 [g]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]
血うどん類	T0お手軽血うどん	●		△	△	△	●	△		●		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			648	6.2	13.9	32.5	75.4
	太めん血うどん	●		△	●	△	●	△		●		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			775	9.8	21.9	28.9	104.1
	太めん血うどん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△		●		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			1150	13.5	33.2	30.3	179.4
	減塩・長崎血うどん	●		△	△	△	●	△		●		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			536	4.5	14.1	28.0	58.7
まぜめん	減塩・長崎血うどん(麺増量2倍)	●		△	△	△	●	△		●		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			965	6.6	20.2	47.5	115.8
	まぜ辛めん	●		●	●	●	●	△		△		△	△	△			●	●	●	●			△	△	△		●			618	7.2	22.0	18.3	90.2
	まぜ辛めん(麺増量2倍)	●		●	●	●	●	△		△		△	△	△			●	●	●	●			△	△	△		●			946	7.6	32.8	19.6	154.5
	梅肉と鶏むね肉の冷やしませめん	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			●	●	●	△			△	△	△		△			715	6.1	20.8	21.9	103.8
	梅肉と鶏むね肉の冷やしませめん麺少なめ	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			●	●	●	△			△	△	△		△			451	3.3	14.7	11.7	68.5
	トマトの冷やしませめん	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	△	●	△			△	△	△		●			621	3.6	20.6	7.9	112.4
	トマトの冷やしませめん麺少なめ	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	△	●	△			△	△	△		●			422	2.5	14.5	5.5	75.8
	呉冷麺	●		●	●	△	●	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			780	4.0	29.3	19.3	119.5
	呉冷麺 麺少なめ	●		●	●	△	●	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			597	3.4	22.8	18.4	84.3
	鶏白湯つけめん	●		△	●	△	●	△		●		△	△	△			●	●	●	●			△	△	△		●			672	6.7	21.4	31.6	70.9
ぎょうざ	ぎょうざ(3個)	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			119	0.4	2.8	8.5	7.9
	ぎょうざ(5個)	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			199	0.7	4.7	14.1	13.1
	ぎょうざ15個定食	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			911	4.1	19.4	43.1	108.3
	ぎょうざ10個定食	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			712	3.4	14.7	28.9	95.2
	ぎょうざ7個定食	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			592	3.0	11.8	20.5	87.3
	ぎょうざ7個定食(半チャーハン)	●		●	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			613	4.8	13.7	31.5	66.2
	にんにく竹炭ぎょうざ(3個)	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			170	0.4	3.2	13.0	9.5
	にんにく竹炭ぎょうざ(5個)	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			284	0.7	5.4	21.7	15.9
	にんにく竹炭ぎょうざ15個定食	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			1164	4.3	21.3	65.6	116.5
	にんにく竹炭ぎょうざ10個定食	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			881	3.5	16.0	44.0	100.7
にんにく竹炭ぎょうざ7個定食	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			711	3.1	12.7	31.0	91.2	
にんにく竹炭ぎょうざ7個定食(半チャーハン)	●		●	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			731	4.9	14.6	42.0	70.1	
おこしませット	ちびっこちゃんぼん	●		△	●	△	●	△		●		△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●			473	5.9	17.0	22.2	51.2
	ちびっこさうどん	●		△	△	△	●	△		●		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		●			540	6.2	13.2	28.0	60.5
	ちびっこチャーハン	●		●	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△			462	2.7	9.6	15.0	68.4
	プリン																●							●						60	0.0	0.1	2.3	9.6
ご飯類	半チャーハン	●		●	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△			323	1.8	6.4	11.6	45.7
	ごはん100グラム	△		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	△		△			157	0.0	3.5	0.3	36.1
	生姜みそ漬(10gあたり)	●		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	●	△	△			△	△	△		△			14	0.5	0.2	0.0	3.4
調味料類	漬物(ぶらぶら漬)10gあたり	△		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	●	△	△			△	△	△		●			4	0.4	0.3	0.0	0.7
	ぎょうざのタレ10gあたり	●		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	●	△	△			△	△	△		△			8	1.0	0.6	0.0	1.2
	ファージャオオイル15gあたり	●		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	●	△	△			△	△	△		△			135	0.0	0.0	15.0	0.0
	塩タレ 10ccあたり	△		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	△		△			3	2.4	0.4	0.0	0.3
	ゆず胡椒 2gあたり	△		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	△		△			1	0.4	0.0	0.0	0.2
	ピリカラ1辛(8g)あたり	●		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	●	△	●			△	△	△		●			22	0.1	0.5	1.7	0.8
	ちゃんぼんどレッシング 1人前(15g)あたり	△		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	△		△			33	0.4	0.1	2.5	1.4
	ゆず胡椒ドレッシング 1人前(15g)あたり	△		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	●	△	△			△	△	△		△			48	0.5	0.2	4.4	1.7
	酢10gあたり	△		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	△		△			3	0.0	0.0	0.0	0.2
	ねりからし1パックあたり																	●												4	0.1	0.0	0.2	0.3
ウスターソース10gあたり																	●						●							12	0.8	0.1	0.0	2.7
その他	オニオンスープ	●		△	●	△	△	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	△		△			6	1.4	0.2	0.0	1.2
	替え玉100g	●		△	●	△	●	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●			168	0.8	5.6	1.0	32.3
	替え玉200g	●		△	●	△	●	△		△		△	△	△			△	●	●	●			△	△	●		●			332	1.0	11.0	1.6	64.4
	肉みそトッピング 30gあたり	●		△	△	△	△	△		△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	△		△			56	0.6	2.3	3.0	4.9
温度卵トッピング	△		●	△	△	△	△		△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	△		△			78	0.2	6.6	6.3	0.1	

	商品名	特定原材料 7品目							特定原材料に準ずるもの 21品目																	栄養成分											
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まいたけ	もも	山芋	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	……	……	アーモンド	エネルギー【kcal】	食塩相当量【g】	たんぱく質【g】	脂質【g】	炭水化物【g】		
デザート	杏仁豆腐	△		△	●	△	△	△	△		△	△	△			△	△	△	△			△	△	●		△							119	0.1	3.4	6.0	12.9
	ミルクセーキ (小)	△		●	●	△	△	△		△		△	△			△	△	△	△			△	△	△		△						89	0.1	1.9	3.9	11.7	
	ブルーベリートッピング 10gあたり																															13	0.0	0.0	0.0	3.4	
	長崎ミルクセーキ	△		●	●	△	△	△		△		△	△			△	△	△	△			△	△	△	●		△					249	0.2	5.3	10.3	33.9	
	長崎ミルクセーキ (白桃)	△		●	●	△	△	△		△		△	△			△	●	△	△			●	△	△	●		△					312	0.2	5.7	10.3	49.2	
	長崎ミルクセーキ (巨峰)	△		●	●	△	△	△		△		△	△			△	●	△	△			△	△	△	●		△					310	0.2	5.7	10.3	48.9	
	ソフトクリーム (イオン鳥取)	●		△	●	△	△	△		△		△	△			△	●	△	△			△	△	△	△		△					173	0.2	5.6	6.3	23.6	
	アイスクリーム (抹茶)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					147	0.2	2.8	6.7	18.9	
	アイスクリーム (ラムレーズン)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	●	△	△	△					151	0.1	2.7	5.7	22.4	
	アイスクリーム (ストロベリー)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					134	0.1	2.3	5.7	18.2	
	アイスクリーム (バナナ)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	●	△						111	0.1	2.0	3.9	20.1	
	アイスクリーム (カプチーノ)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					136	0.1	2.8	5.8	18.1	
	アイスクリーム (紅茶)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					136	0.1	2.3	6.2	17.9	
	アイスクリーム (チョコ)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					144	0.2	3.0	6.8	19.3	
	アイスクリーム (バニラ)	△	△	●	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					148	0.2	2.3	6.8	19.5	
	アイスクリーム (ピスタチオ)	△	△	△	●	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					167	0.2	3.0	9.1	18.2	
	マンゴーシャーベット	△	△	△	△	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					81	0.0	0.4	0.1	19.6	
ラ・フランスシャーベット	△	△	△	△	△	△	△		△		△	△	△	△		△	△	△	△		△	△	△	△		△					88	0.0	0.2	0.2	21.3		
ジュース	コココーラ180mlあたり																														78	0.0	0.0	0.0	19.4		
	メロンソーダ180mlあたり																															86	0.0	0.0	0.0	21.6	
	Qooオレンジ180mlあたり																															79	0.0	0.2	0.0	19.6	
	カルピス180mlあたり				●																											97	0.0	0.4	0.2	23.4	
	カルピスソーダ180mlあたり				●																											97	0.0	0.4	0.2	23.4	
	カルピスメロンソーダ180mlあたり				●																											92	0.0	0.2	0.1	22.5	
	爽健美茶180mlあたり																															1	0.0	0.0	0.0	0.4	
	アイスコーヒー180mlあたり																															17	0.1	0.4	0.0	3.4	
	オレンジジュース (スリムフェスタ) 1本あたり																															94	0.1	1.5	0.0	21.8	
	アップルジュース (スリムフェスタ) 1本あたり																															85	0.0	0.2	0.0	21.0	
ビール・ノンアルコールビール	麒麟 ゼロ ICHI																															32	0.1	0.4	0.0	7.7	
	麒麟 一番搾り (中瓶)																															205	0.0	2.0	0.0	14.0	
	麒麟 一番搾り (中ジョッキ)																															154	0.0	1.4	0.0	10.9	
	麒麟 一番搾り (グラス)																															110	0.0	1.0	0.0	7.8	
	麒麟 一番搾り (350ml)																															140	0.0	1.4	0.0	9.5	
	アサヒ ポイントゼロ																															77	0.1	0.0	0.0	19.3	
	アサヒ スーパードライ (中瓶)																															210	0.1	2.0	0.0	15.0	
	アサヒ スーパードライ (中ジョッキ)																															147	0.1	1.4	0.0	10.5	
	アサヒ スーパードライ (グラス)																															105	0.1	1.0	0.0	7.5	
	アサヒ スーパードライ (350ml)																															147	0.1	1.4	0.0	10.5	
	オリオンザドラフト																															147	0.0	1.8	0.0	10.5	
	オリオンクリアフリー																	●														0	0.0	0.0	0.0	1.8	
フナイトク	豚丼	●		△	△	△	△	△		△		△	△	△		△	●	△	●			△	△	△		△						897	2.8	21.2	40.9	102.5	
	国産キャベツと豚肉の味噌炒め丼	●		●	△	●	●	△		△		△	△			△	●	●	●			△	△	△		●						866	2.6	16.4	38.8	107.3	

	商品名	特定原材料 7品目							特定原材料に準ずるもの 21品目														栄養成分											
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まいたけ	もも	山芋	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	...	アーモンド	エネルギー【kcal】	食塩相当量【g】	たんぱく質【g】	脂質【g】	炭水化物【g】
定食・日替わり・リンガーハットの定食・キャベツ・リンガーハットみそ汁等除く	豚丼 (レギュラー)	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	●	△		●			935	2.1	20.2	50.8	85.7	
	豚丼 (スモール)	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	●	△		●			471	1.0	10.2	25.7	43.0	
	豚丼セット	●		△	●	△	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●			△	●	●		●			936	6.9	26.4	47.5	93.9	
	牛丼	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			758	2.4	20.9	33.5	85.7	
	玉子丼	●		●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△			△	△	△		△			456	1.4	12.7	6.4	81.5	
	親子丼	●		●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△			△	△	△		△			614	2.2	29.3	14.7	83.8	
	かつ丼	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	△	△		△			955	2.8	37.7	43.3	93.0	
	ロースかつ (定食)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	△	△		△			443	0.3	18.3	34.3	11.7	
	チキンかつ (定食)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△			△	△	△		△			421	0.4	24.1	26.5	19.4	
	豚しょうが焼き (定食)	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	△	△		△			511	2.2	15.2	40.2	15.6	
	唐揚げ (定食)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△			△	△	△		●			466	1.6	26.1	30.4	16.9	
	鶏肉の黒酢あんかけ (定食)	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△			△	△	△		●			693	5.5	35.4	36.2	49.1	
	チーズ入りミンチかつ (定食)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△			△	△	△		△			853	0.9	23.8	68.7	28.6	
	ミックスかつ (定食)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●			△	△	△		△			636	0.6	24.8	47.2	23.8	
	朝定食 (鮭)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		●			492	3.8	24.6	8.1	77.5
	朝定食 (鯖)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		●			544	3.2	18.4	13.4	84.7
	焼きそば (定食)	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			213	2.0	44.3	13.4	1.8
	ロースかつカレー	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	●	△	●			△	●	●		△			921	3.2	25.4	43.5	99.8	
	ロースかつカレー (少なめ)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	●	△	●			△	●	●		△			837	3.2	24.2	43.3	81.2	
	ロースかつカレー (大盛)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	●	△	●			△	●	●		△			1089	3.2	27.9	43.8	136.9	
	唐揚げカレー	●		△	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	●	●	△			△	●	●		●			921	4.5	32.9	39.3	99.9	
	唐揚げカレー (少なめ)	●		△	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	●	●	△			△	●	●		●			837	4.5	31.7	39.2	81.4	
	唐揚げカレー (大盛)	●		△	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	●	●	△			△	●	●		●			1089	4.5	35.4	39.6	137.0	
	ちゃんぽん屋の焼きそば	●		△	●	△	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	●	△		△			806	5.9	26.9	20.0	125.5	
	ちゃんぽん屋の焼きそば (麺少なめ)	●		△	●	△	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	●	△		△			642	5.7	21.5	19.4	93.4	
	ピリ辛オイル	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●			△	△	△		●			71	0.1	0.2	7.6	0.3	
	かけうどん	●		●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			295	4.7	8.2	1.0	60.5
	月見うどん	●		●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			386	4.9	15.5	7.0	60.7
	わかめうどん	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			300	7.1	8.5	1.1	62.1
	きつねうどん	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			359	4.9	11.2	4.4	65.9
肉うどん	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			505	5.8	16.1	17.5	66.0	
日替わり (ロースかつ)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●			△	△	△		△			432	0.3	21.2	30.4	15.4		
日替わり (チーズ入りミンチかつ)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●			△	△	△		△			502	0.5	20.1	36.7	19.8		
日替わり (唐揚げ)	●		●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△			△	△	△		△			400	0.8	22.5	25.7	16.3		
キャベツ90g	△		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△			△	△	△		△			21	0.0	1.2	0.2	4.7		
タルタルソース20g	△		●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△			△	△	●		△			56	0.2	0.2	5.5	1.6		
ごはん130グラム	△		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△			△	△	△		△			218	0.0	3.3	0.4	48.2		
ごはん200g	△		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△			△	△	△		△			336	0.0	5.0	0.6	74.2		
みそ汁 (具なし)	●		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	△	△			△	△	△		△			22	1.6	1.3	0.4	3.2	

定食・日替わり・リンガーハットの定食・キャベツ・リンガーハットみそ汁等除く

限定

その他