

【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下さい。

2025/11/25 1/5

◎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、ご判断下さいますようお願い申しあげます。

◎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。

◎通常の麺を低糖質麺に変えた場合、麺少なめとスマールサイズは-4kcal、麺増量1.5倍は-13kcal、麺増量2倍は-17kcalとなります。(レギュラーサイズは記載の通りになります)

●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 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目												栄養成分										
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	もも	山芋	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	ナッシュ	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】
季節商品	かきちゃんぽん (麺200g) かき2個入り	●		△	●	△	●	△			△			△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●			623	7.9	25.3	21.6	89.8
	低糖質麺200g かきちゃんぽん かき2個入り	●		△	●	△	●	△			△			△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●			614	7.9	29.3	21.8	90.0
	かきちゃんぽん (麺100g) かき2個入り	●		△	●	△	●	△			△			△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●			477	7.7	19.9	20.9	57.6
	かきちゃんぽん (麺200g) かき2個入り	●		△	●	△	△	△			△			△	●	●	△	△	△	△	●	△	●	●	●			586	8.6	24.4	16.8	92.2
季節商品	低糖質麺200g かきちゃんぽん かき2個入り	●		△	●	△	△	△			△			△	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	●			577	8.6	28.3	17.0	92.4
	かきちゃんぽん (麺100g) かき2個入り	●		△	●	△	△	△			△			△	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	●			439	8.4	19.0	16.1	60.1
	かきトッピング (1個)	△		△	△	△	△	△			△			△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△		48	0.3	2.2	3.6	1.7
	豚二ラちゃんぽん	●		●	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	△	●	●			669	9.1	30.5	23.2	93.4
季節商品	低糖質麺200g 豚二ラちゃんぽん	●		●	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	△	●	●			660	9.1	34.4	23.4	93.6
	豚二ラちゃんぽん麺少なめ	●		●	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	△	●	●			523	8.9	25.1	22.6	61.3
	牛肉ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			767	10.1	29.5	37.0	87.4
	低糖質麺200g 牛肉ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			758	10.1	33.4	37.2	87.6
季節商品	牛肉ちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			620	9.9	24.1	36.3	55.2
	長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●			611	7.4	24.3	24.7	81.8
	低糖質麺長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			602	7.4	28.2	24.9	82.1
	長崎ちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			465	7.2	18.9	24.0	49.7
季節商品	スマールちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			315	4.6	12.6	13.0	41.3
	長崎ちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			797	11.8	31.8	28.3	115.1
	長崎ちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			943	12.0	37.2	28.9	147.2
	減塩ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●			589	4.6	23.1	22.8	81.6
季節商品	低糖質麺 減塩ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●			580	4.6	27.0	23.1	81.8
	減塩ちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●			442	4.4	17.7	22.2	49.5
	野菜たっぷりちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			759	9.3	28.4	35.7	92.0
	低糖質麺 野菜たっぷりちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			750	9.3	32.4	35.9	92.3
季節商品	野菜たっぷりちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			613	9.1	23.1	35.0	59.9
	野菜たっぷりちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			946	13.8	36.0	39.4	125.3
	野菜たっぷりちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			1093	14.0	41.4	40.1	157.4
	ピリカラちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			656	7.7	25.4	28.0	83.4
季節商品	低糖質麺 ピリカラちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			647	7.7	29.3	28.2	83.6
	ピリカラちゃんぽん麺少なめ	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			509	7.5	20.0	27.4	51.3
	ピリカラちゃんぽん(麺増量1.5倍)	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			842	12.1	32.9	31.7	116.6
	ピリカラちゃんぽん(麺増量2倍)	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			988	12.3	38.3	32.3	148.7
季節商品	鶏白湯長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			730	6.4	32.2	33.1	84.7
	低糖質麺 鶏白湯長崎ちゃんぽん	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			721	6.4	36.2	33.3	84.9
	鶏白湯長崎ちゃんぽん 麺少なめ	●		△	●	△	●	△			●			△	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●			584	6.2	26.8	32.4	52.6

	商品名	特定原材料 8品目							特定原材料に準ずるもの 20品目												栄養成分												
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	ナツメ	もも	山芋	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシュー	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]
ちゃんぽん類	しょうゆちゃんぽん	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	637	7.8	24.4	26.1	85.1
	低糖質麺 しょうゆちゃんぽん	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	628	7.8	28.3	26.3	85.4
	しょうゆちゃんぽん 麺少なめ	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	491	7.6	19.0	25.4	53.0
	みそちゃんぽん	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	655	8.0	26.6	25.5	88.8
	低糖質麺 みそちゃんぽん	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	646	8.0	30.5	25.7	89.0
	みそちゃんぽん 麺少なめ	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	●	●	●	●	509	7.8	21.2	24.8	56.7
	野菜たっぷり食べるスープ	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	437	7.1	20.5	28.3	30.6
	海鮮ちゃんぽん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	509	7.5	25.5	12.5	82.0
地域限定	低糖質麺 海鮮ちゃんぽん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	501	7.5	29.5	12.7	82.2
	海鮮ちゃんぽん 麺少なめ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	363	7.3	20.1	11.8	49.9
	プレミアム長崎ちゃんぽん	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	640	8.5	32.6	23.9	82.7
	低糖質麺 プレミアム長崎ちゃんぽん	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	631	8.5	36.6	24.1	82.9
	プレミアム長崎ちゃんぽん 麺少なめ	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	494	8.3	27.2	23.2	50.6
	リングハットの焼きそば (麺300g)	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	●	△	●	●	●	●	●	839	6.9	28.0	29.4	127.3
	リングハットの焼きそば (麺200g)	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	●	△	●	●	●	●	●	681	5.8	22.5	28.7	92.4
	鶏白湯つけめん炭火鶏肉	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	597	6.5	21.6	27.4	71.0
地域限定	低糖質麺 鶏白湯つけめん炭火鶏肉	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	589	6.5	25.6	27.6	71.2
	鶏白湯つけめん炭火鶏肉(麺増量1.5倍)	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	744	6.7	27.0	28.1	103.1
	鶏白湯つけめん炭火鶏肉(麺増量2倍)	●	△	●	△	●	△	●	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	890	6.9	32.4	28.7	135.3
	肉味噌金玉ちゃんぽん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	506	3.6	24.2	16.0	72.7
	低糖質麺 肉味噌金玉ちゃんぽん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	497	3.6	28.1	16.2	72.9
	肉味噌蓋玉ちゃんぽん麺増量	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	652	3.8	29.6	16.6	104.8
	肉みそまぜめん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	493	4.3	22.6	14.0	74.2
	低糖質麺 肉みそまぜめん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	485	4.3	26.5	14.2	74.4
モグベジコッペ	肉みそまぜめん 麺増量	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	645	5.1	28.2	14.7	107.4
	吳冷麵	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	687	5.1	29.6	12.3	123.6
	吳冷麵 麺少なめ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	524	4.2	23.8	11.3	88.4
	広島お好み焼き風皿うどん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	926	11.6	24.2	41.8	123.5
	広島お好み焼き風皿うどん麺少なめ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	766	10.1	18.7	41.1	88.2
	ちゃんぽんこっぺ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	805	5.5	36.6	30.3	105.2
	ちゃんぽんこっぺ (麺200g)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	588	3.5	29.5	23.6	70.8
	ちゃんぽんこっぺ (麺300g)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	318	1.6	7.3	17.1	35.0
モグベジコッペ	焼きそばこっぺ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	352	3.2	8.7	12.2	51.6
	たまごサラダこっぺ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	312	1.3	8.2	19.0	26.9
	あまおうホイップこっぺ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	194	0.5	4.2	5.1	32.7
	ナポリタン (レギュラー) コッペパン	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	848	7.0	27.6	20.7	145.1
	ナポリタン (麺少なめ) コッペパン	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	612	4.7	20.8	14.6	104.1
	コッペパン	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	152	0.5	4.0	4.0	25.0

	商品名	特定原材料 8品目							特定原材料に準ずるもの 20品目												栄養成分													
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	ナツメ	マツタケ	もも	山芋	りんご	ザラテン	バナナ	ごま	ナシツ	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]
リ ン ガ ー パ ス タ	リングーパスタポンゴレ(麺300g)	●	△	●	△	△	△	△	△	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	●	649	6.0	22.5	20.0	101.8	
	リングーパスタポンゴレ(麺200g)	●	△	●	△	△	△	△		●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	●	453	3.8	16.1	15.1	68.0	
	リングーパスタナポリタン(麺300g)	●	△	●	△	△	△	△		●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	●	△	●	●	●	●	●	●	696	6.5	23.6	16.7	120.1	
	リングーパスタナポリタン(麺200g)	●	△	●	△	△	△	△		●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	●	△	●	●	●	●	●	●	460	4.2	16.8	10.6	79.1	
	リングーパスタカルボナーラ風(麺300g)	●	●	●	●	△	△	△		●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●	●	●	●	●	716	5.3	24.9	25.7	103.5	
	リングーパスタカルボナーラ風(麺200g)	●	●	●	●	△	△	△		●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	●	●	●	●	●	●	●	●	499	3.3	17.7	19.0	69.1	
皿 う ど ん 類	長崎皿うどん	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	728	7.5	18.2	37.3	83.6
	長崎皿うどん麺少なめ	●	△	△	△	△	●	△		●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	549	7.5	15.4	27.9	62.7
	スマール皿うどん	●	△	△	△	△	●	△		●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	425	7.0	10.2	19.1	54.9
	長崎皿うどん(麺増量2倍)	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	1146	10.2	24.8	56.7	137.6
	野菜たっぷり皿うどん	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	918	10.1	22.4	47.6	105.5
	野菜たっぷり皿うどん麺少なめ	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	728	10.0	19.4	37.7	83.3
	野菜たっぷり皿うどん(麺増量2倍)	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	1277	10.2	28.0	66.4	147.3
	T0お手軽皿うどん	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	658	7.4	16.0	32.5	77.6
	ピリカラ皿うどん	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	773	7.8	19.3	40.7	85.1
	ピリカラ皿うどん麺少なめ	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	594	7.7	16.4	31.3	64.2
	ピリカラ皿うどん(麺増量2倍)	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	1191	10.5	25.9	60.1	139.2
	焼き太めん皿うどん	●	△	●	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	774	8.6	23.6	28.8	105.5
	焼き太めん皿うどん(麺増量2倍)	●	△	●	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	1151	11.5	35.1	30.2	180.6
	やわらか太めん皿うどん	●	△	●	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	694	9.5	24.0	19.3	106.2
	やわらか太めん皿うどん(麺増量2倍)	●	△	●	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	1072	12.4	35.5	20.7	181.3
	減塩皿うどん	●	△	△	△	●	△			●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	527	4.5	15.3	27.8	57.3
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	5.0	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	5.0	14.6	42.0	70.1	
お こ さま	ちびっこちゃんぽん(単品)	●	△	●	△	●	△	△		●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	317	4.6	13.3	12.9	41.6	
	ちびっこさらうどん(単品)	●	△	△	△	●	△	△		●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	425	7.0	10.2	19.1	54.9	
	ちびっこチャーハン(単品)	●	●	●	●	△	△	△		△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	462	2.9	9.6	15.0	68.4	
	リングーハットのプリン	●	●	●	●	●	●	●																					54	0.1	1.2	2.2	7.8	
	ちびっこちゃんぽん(ぎょうざ+プリン)	●	●	●	●	●	●	●		●	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	●	451	5.0	16.4	20.7	54.6		
	ちびっこさらうどん(ぎょうざ+プリン)	●	●	●	●	●	●	●		●	△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	●	558	7.4	13.2	26.9	67.9	
	ちびっこチャーハン(ぎょうざ+プリン)	●	●	●	●	●	●	●		△	△	△	△	●	●	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	●	610	3.3	12.4	24.5	82.3		

	商品名	特定原材料 8品目										特定原材料に準ずるもの 20品目										栄養成分												
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	ナツメ	もも	山芋	りんご	ゼリ	バナナ	二年ま	ナツメ	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]
		△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△				
ご飯類	半チャーハン	●	●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	323	2.0	6.4	11.6	45.7		
	ごはん 100gあたり	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	156	0.0	2.5	0.3	37.1		
	生姜みそ漬 10gあたり	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	14	0.5	0.2	0.0	3.4		
	漬物（ぶらぶら漬け）10gあたり	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	△	●	△	△	△	△	4	0.4	0.3	0.0	0.7			
	胡瓜漬け 10gあたり	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	4	0.4	0.3	0.0	0.8		
調味料類	ぎょうざのタレ10gあたり	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	8	1.0	0.6	0.0	1.2		
	ハニーマスタードソース	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	13	0.5	0.1	0.4	2.3		
	甘辛ソース	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	16	0.4	0.3	0.0	3.8		
	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(10g)あたり	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	28	0.2	0.7	2.1	1.0		
	ちゃんぽんレッシング 1人前(15g)あたり	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	33	0.4	0.1	2.5	1.4		
	トマトドレッシング 15gあたり	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	25	0.5	0.1	1.8	2.1		
	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		
デザート	ウスターソース10gあたり	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	12	0.8	0.1	0.0	2.7		
	オニオンスープ	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	6	1.4	0.2	0.0	1.2		
	温度卵トッピング	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	78	0.2	6.6	6.3	0.1		
	杏仁豆腐	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	△	△	△	△	119	0.1	3.4	6.0	12.9			
	ミルクゼーキ (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		
	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 (カブチーノ)	△	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	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			
ジュース	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		
	コカコーラ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		
野菜生活	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		
	野菜生活100ml (やさいとりんご)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	36	0.0	0.3	0.0	8.7		
アップルジュース1本あたり	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	8	0.0	0.2	0.0	20.2		

	商品名	特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目												栄養成分											
		小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	マカダミ	もも	山芋	りんご	ザラチ	バナナ	ごま	ナシ	カシュー	アーモンド	エネルギー【kcal】	食塩相当量【g】	たんぱく質【g】
ビール・ノンアルコール・コーラルビール	キリン ゼロICHI																												32	0.1	0.4	0.0	7.7
	キリン 一番搾り(中瓶)																												205	0.0	2.0	0.0	14.0
	キリン 一番搾り(中ショッキ)																												154	0.0	1.4	0.0	10.9
	キリン 一番搾り(グラス)																												110	0.0	1.0	0.0	7.8
	キリン 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(中ショッキ)																												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
リンガーハットの定食・ランチ	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
	豚丼(レギュラー)	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	935	2.1	20.2	50.8	85.7
	豚丼(スマート)	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	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(レギュラー)	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	△	●	●	●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	758	2.5	20.9	33.5	85.7	
	牛丼(スマート)	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	379	1.2	10.5	16.8	42.9
	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
定食・日替わり・パン	チキンかつ(定食)	●	●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	421	0.4	24.1	26.5	19.4
	豚しおが焼き(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
	チキン南蛮(定食)	●	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	659	2.7	37.9	37.9	37.4
	朝定食(鮭)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	492	3.8	24.6	8.1	77.5
	朝定食(鯛)	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	544	3.2	18.4	13.4	84.7
	焼きさば(定食)	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	213	2.0	44.3	13.4	1.8
みそ汁等除く	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
	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
その他	キャベツ90g	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	21	0.0	1.2	0.2	4.7
	とんかつソース30g	●	△	●	●	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	27	1.1	0.7	0.6	4.6
	タルタルソース20g	△	●	●	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	56	0.2	0.2	5.5	1.6
	生ドレッシング30gあたり(野菜と黒酢、りんご)	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	70	0.6	0.3	5.3	4.4
	胡麻クリーミィドレッシング30gあたり	●	●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	54	1.3	0.7	3.2	5.3
	みそ汁(具なし)	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	22	1.6	1.3	0.4	3.2