

メニュー		栄養成分 (1食当たり)					アレルギー物質		
		熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	特定原材料	特定原材料に準ずるもの	
		kcal	(g)	(g)	(g)	(g)	(対象7品目)	(対象20品目)	
丼	牛丼	小盛/ポケ盛	488	15.9	16.9	65.3	2.1	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
		並盛	652	20.2	20.4	92.8	2.7		
		アタマ大盛	741	23.7	24.8	101.3	3.0		
		大盛	863	25.8	25.1	128.0	3.4		
		特盛	1030	34.8	38.2	131.3	4.3		
		超特盛	1169	42.3	49.1	134.0	5.1		
	ねぎだく		44	1.5	0.4	8.5	1.2	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
	肉だく		130	7.0	9.8	3.2	1.1	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
	新味豚丼	小盛	530	16.0	20.5	67.7	1.6	小麦	豚肉・牛肉・ごま・大豆・りんご・ゼラチン
		並盛	707	20.3	24.8	96.6	2.2		
		アタマ大盛	797	23.7	29.7	104.5	2.3		
		大盛	931	25.9	30.4	133.1	2.9		
		特盛	1172	37.0	48.7	141.1	4.5		
		超特盛	1319	43.5	59.4	147.2	5.7		
	牛カルビ丼	小盛	618	16.7	28.4	68.2	1.8	小麦	牛肉・大豆・ごま・りんご・ゼラチン
並盛		802	20.9	34.0	95.5	2.1			
アタマ大盛		1019	28.4	49.8	104.3	2.4			
大盛		1136	30.2	50.0	130.3	2.4			
特盛		1327	37.3	66.0	133.0	3.0			
超特盛		1502	44.1	81.5	133.1	3.1			
スタミナ超特盛丼(マヨネース含)		1727	67.2	95.6	138.9	4.9	卵・小麦	鶏肉・牛肉・豚肉・ごま・大豆・りんご・ゼラチン	
鰻重	一枚盛	670	23.7	15.9	103.7	2.2	小麦	大豆	
	二枚盛	881	40.2	31.0	105.9	3.1			
	三枚盛	1209	58.6	46.4	134.1	4.1			
皿	牛皿	並盛	257	13.9	19.7	6.0	2.0	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
		大盛	315	17.1	24.1	7.5	2.5		
		特盛	486	26.4	37.2	11.5	3.8		
	牛皿ファミリーパック	三人前	771	41.8	59.0	18.1	5.9	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
		四人前	1028	55.7	78.7	24.1	7.8		
	新味豚皿	並盛	320	14.6	24.1	11.3	2.2	小麦	豚肉・牛肉・ごま・大豆・りんご・ゼラチン
		大盛	394	17.9	29.5	14.3	2.9		
		特盛	634	29.0	47.7	22.4	4.5		
	牛カルビ皿	並盛	416	15.2	33.3	10.2	2.1	小麦	牛肉・大豆・ごま・りんご・ゼラチン
		大盛	599	22.2	49.0	11.6	2.4		
		特盛	790	29.3	65.0	14.2	3.0		
	鰻皿	一枚盛	242	17.3	15.2	9.2	2.0	小麦	大豆
		二枚盛	453	33.8	30.3	11.4	2.9		
		三枚盛	664	50.4	45.4	13.6	3.8		
	生姜	豚生姜焼き皿	並盛	404	18.4	27.2	24.1	3.8	乳・小麦
豚生姜焼き定食		並盛	830	26.2	28.6	115.9	5.3	乳・小麦	豚肉・牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
牛カルビ生姜丼		小盛	596	16.1	26.4	69.2	1.6	乳・小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
		並盛	777	20.3	31.8	96.6	1.8		
		アタマ大盛	995	27.7	47.4	107.0	2.4		
		大盛	1113	29.5	47.6	133.0	2.4		
		特盛	1287	36.3	63.1	133.0	2.4		
		超特盛	1472	43.3	78.6	136.0	3.0		
牛カルビ生姜皿		並盛	386	14.3	31.1	10.5	1.8	乳・小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
		大盛	571	21.3	46.6	13.4	2.4		
	特盛	745	28.1	62.1	13.5	2.4			
牛カルビ生姜定食	並盛	938	26.9	42.8	105.2	3.8	乳・小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	

サイドメニュー、漬物類、お子様セット(ドリンク・デザート含まない)、調味料類は、最後のページを参照下さい。

メニュー	栄養成分 (1食当たり)					アレルギー物質			
	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	特定原材料	特定原材料に準ずるもの		
	kcal	(g)	(g)	(g)	(g)	(対象7品目)	(対象20品目)		
定食	牛鮭定食	712	30.5	22.9	92.1	4.2	小麦	牛肉・さけ・大豆・りんご・ゼラチン	
	豚鮭定食	800	33.1	29.8	96.1	4.4	小麦	さけ・豚肉・牛肉・ごま・大豆・りんご・ゼラチン	
	牛カルビ定食	並盛 966	27.7	45.3	103.3	3.9	小麦	牛肉・大豆・ごま・りんご・ゼラチン	
	炙り塩鯖定食	並盛 830	30.9	35.1	94.3	4.5	小麦	さば・大豆	
	鯖みそ定食	並盛 895	30.6	35.7	102.9	7.6	小麦	さば・ごま・大豆	
	牛皿定食	並盛 739	27.3	26.1	93.9	3.5	卵・小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
		大盛 797	30.4	30.5	95.3	4.0			
		特盛 968	39.7	43.6	99.3	5.3			
	鰻重みそ汁セット	一枚盛 693	25.3	16.5	106.7	3.9	小麦	大豆	
		二枚盛 904	41.9	31.6	108.9	4.8			
		三枚盛 1232	60.2	47.0	137.1	5.8			
	鰻重牛小鉢セット	一枚盛 803	30.9	25.8	107.5	3.6	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
		二枚盛 1013	47.5	40.9	109.7	4.5			
		三枚盛 1342	65.8	56.2	137.9	5.4			
鰻重牛小鉢みそ汁セット	一枚盛 822	32.3	26.4	109.9	5.0	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン		
	二枚盛 1033	48.9	41.5	112.1	5.9				
	三枚盛 1362	67.2	56.8	140.3	6.8				
W定食	牛皿・牛カルビ定食	並盛 1204	41.0	64.8	105.2	5.8	小麦	牛肉・ごま・大豆・りんご・ゼラチン	
	牛皿・牛カルビ生姜定食	並盛 1176	40.2	62.4	107.1	5.7	乳・小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	牛皿・から揚げ定食	並盛 1211	46.9	60.3	116.5	5.4	卵・乳・小麦	鶏肉・牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	牛皿・豚生姜焼き定食	並盛 1068	39.5	48.1	117.8	7.2	乳・小麦	牛肉・豚肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	牛皿・炙り塩鯖定食	並盛 1073	44.1	54.7	97.7	5.3	小麦	牛肉・さば・大豆・りんご・ゼラチン	
	牛皿・鯖みそ定食	並盛 1139	43.8	55.4	106.3	8.4	小麦	さば・牛肉・ごま・大豆・りんご・ゼラチン	
	納豆定食	585	21.8	11.1	94.7	2.2	卵・小麦	大豆	
朝定食	焼魚定食(鮭)	544	21.7	9.8	88.4	2.8	小麦	さけ・大豆	
	塩鯖定食	617	19.3	18.2	90.3	2.5	小麦	さば・大豆	
	特朝定食(鮭)	718	35.7	19.6	94.7	3.6	卵・小麦	さけ・大豆	
	特朝定食(さば)	790	33.3	28.0	96.7	3.2	卵・小麦	さば・大豆	
	辛子明太子定食	465	16.4	2.7	90.2	4.0	小麦	大豆	
	しらすおろし定食	※1 531	20.1	7.2	91.9	2.5	卵	大豆	
	朝牛セット	玉子セット	95	7.6	5.7	2.5	1.6	卵	大豆
		半熟玉子セット	95	7.6	5.7	2.5	1.6	卵	大豆
		お新香セット	33	2.2	0.6	5.0	2.5	小麦	大豆
		ミニサラダセット	40	2.1	0.7	6.5	1.5	-	大豆
		納豆セット	118	9.3	5.2	8.6	2.0	小麦	大豆
		※牛井含まず							
	一汁三菜	納豆牛小鉢定食	並盛 653	22.7	15.8	101.2	3.2	小麦	大豆・牛肉・りんご・ゼラチン
		さば納豆定食	並盛 729	27.1	22.9	100.0	3.1	小麦	さば・大豆
焼魚牛小鉢定食		並盛 688	28.8	19.7	95.1	3.9	小麦	さけ・牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
ハムエッグ納豆定食		並盛 632	25.3	12.8	99.2	2.9	卵・乳・小麦	大豆・豚肉	
ハムエッグ牛小鉢定食		並盛 664	24.5	18.0	96.2	3.4	卵・乳・小麦	牛肉・豚肉・大豆・りんご・ゼラチン	
Wハムエッグ牛小鉢定食		並盛 763	34.1	23.8	97.4	4.2			
カレー	スパイシーカレー	並盛 539	8.6	9.3	101.2	2.8	小麦	鶏肉・大豆・豚肉・りんご	
		大盛 691	10.9	9.6	134.6	2.8			
	チキンスパイシーカレー	並盛 747	31.3	21.3	103.2	4.2	乳・小麦	鶏肉・大豆・豚肉・りんご	
		大盛 898	33.6	21.6	136.6	4.2			
	牛スパイシーカレー	並盛 713	18.1	22.5	105.5	4.3	小麦	牛肉・鶏肉・大豆・豚肉・りんご・ゼラチン	
		大盛 864	20.3	22.7	138.9	4.3			
	カルビスパイシーカレー	並盛 864	20.7	36.2	106.5	4.1	小麦	牛肉・鶏肉・ごま・大豆・豚肉・りんご・ゼラチン	
大盛 1015		23.0	36.4	139.9	4.1				
スパイシーカレーソース	153	2.9	8.6	15.8	2.8	小麦	鶏肉・大豆・豚肉・りんご		

サイドメニュー、漬物類、お子様セット(ドリンク・デザート含まない)、調味料類は、最後のページを参照下さい。

メニュー			栄養成分 (1食当たり)					アレルギー物質	
			熱量 kcal	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	特定原材料 (対象7品目)	特定原材料に準ずるもの (対象20品目)
井	から揚げ井	並盛	933	31.5	40.0	107.9	2.0	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆
		アタマ大盛	1146	40.5	53.2	122.4	2.7		
		大盛	1264	42.3	53.4	148.3	2.7		
		特盛	1444	50.8	66.5	155.5	3.3		
	から牛	並盛	882	30.0	36.8	104.0	2.4	卵・乳・小麦	鶏肉・牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
		アタマ大盛	1096	39.0	49.9	118.5	3.1		
		大盛	1214	40.8	50.1	144.4	3.1		
		特盛	1394	49.3	63.2	151.5	3.8		
	タルタル南蛮から揚げ井	並盛	1232	33.8	67.3	118.9	3.9	卵・乳・小麦	鶏肉・ごま・大豆・りんご
		アタマ大盛	1445	42.9	80.4	133.4	4.6		
		大盛	1563	44.6	80.6	159.4	4.6		
		特盛	1743	53.1	93.7	166.5	5.2		
おろしから揚げ井	並盛	976	32.4	40.1	117.7	3.2	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆	
	アタマ大盛	1194	41.6	53.3	133.3	4.1			
	大盛	1312	43.3	53.5	159.3	4.1			
	特盛	1492	51.8	66.6	166.4	4.8			
定食	から揚げ定食	並盛	1139	41.7	53.7	118.6	4.1	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆
		大盛	1319	50.2	66.8	125.7	4.7		
		特盛	1499	58.7	79.9	132.8	5.4		
	タルタル南蛮から揚げ定食	並盛	1438	44.0	81.0	129.6	6.0	卵・乳・小麦	鶏肉・ごま・大豆・りんご
		大盛	1618	52.5	94.1	136.7	6.6		
		特盛	1798	61.0	107.2	143.8	7.3		
	おろしから揚げ定食	並盛	1182	42.6	53.8	128.4	5.3	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆
		大盛	1367	51.2	66.9	136.6	6.2		
		特盛	1547	59.7	80.0	143.7	6.9		
	アジフライ定食	並盛	768	27.0	18.7	117.5	2.7	小麦	大豆
ミックスメンチカツ定食	並盛	991	34.4	36.7	125.4	3.4	卵・乳・小麦	牛肉・鶏肉・りんご・大豆	
ミックス牛肉コロッケ定食	並盛	968	30.7	33.7	130.5	3.5	卵・乳・小麦	牛肉・鶏肉・豚肉・りんご・大豆・ゼラチン	
カレー	から揚げスパイシーカレー	並盛	1080	34.1	48.6	122.4	4.8	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆・豚肉・りんご
		大盛	1231	36.4	48.9	155.8	4.8		
FP	から揚げファミリーパック(9個)		1620	76.5	117.8	63.8	6.0	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆
TP	トッピング から揚げ(3個)		540	25.5	39.3	21.3	2.0	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆
単品	単品 から揚げ(1個)		180	8.5	13.1	7.1	0.7	卵・乳・小麦	鶏肉・大豆
	単品 アジフライ		175	9.7	8.7	13.7	0.6	小麦	大豆
	単品 メンチカツ		218	8.6	13.6	14.5	0.6	卵・乳・小麦	牛肉・大豆・りんご
	単品 牛肉コロッケ		194	4.9	10.6	19.6	0.7	卵・乳・小麦	牛肉・鶏肉・大豆・豚肉・りんご・ゼラチン
	単品 タルタルソース		260	1.8	27.3	2.4	0.9	卵・小麦	大豆・りんご
	単品 おろしポン酢		41	0.9	0.1	9.5	1.2	小麦	鶏肉・大豆

●揚げ物は全て同じフライヤーで揚げています。アレルギーをお持ちの方は、召し上がるメニュー以外についてもご注意ください。

メニュー	栄養成分 (1食当たり)					アレルギー物質			
	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	特定原材料	特定原材料に準ずるもの		
	kcal	(g)	(g)	(g)	(g)	(対象7品目)	(対象20品目)		
お子様	ミニ牛丼(ドリンク・デザート含まない) ポケ盛	375	12.4	13.5	48.9	1.5	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	ミニカレー(ドリンク・デザート含まない) ポケ盛	356	6.6	7.4	63.7	1.8	—	牛肉・大豆・鶏肉・バナナ・りんご	
	フルーツジュース 1個	57	0.3	0.0	14.0	0.0	—	りんご・オレンジ・もも	
	プチゼリー(りんご・みかん・ぶどう) 1個	11	0.0	0.0	3.0	0.0	—	りんご	
サラダ	ライザップ牛サラダ ノンオイル和風ドレ含む	404	30.3	23.8	17.2	2.0	卵・小麦	牛肉・鶏肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	ライザップ牛サラダ(エビアボカド)ノンオイル和風ドレ含む	430	33.3	26.9	14.4	2.2	卵・えび・小麦	牛肉・鶏肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	TP牛肉	84	4.5	6.5	1.7	0.5	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	TP野菜	13	0.5	0.1	2.5	0.0	—	—	
	TP納豆・キムチ・チーズ	サイドメニューに順ずる							
	生野菜サラダ	25	0.8	0.1	5.2	0.1	—	—	
	ミニサラダ	20	0.6	0.1	4.1	0.1	—	—	
	ポテトサラダ	122	1.6	8.6	9.0	0.7	卵・乳	大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン	
	ごぼうサラダ	70	1.2	3.5	9.0	0.3	卵・乳・小麦	大豆・鶏肉・豚肉・ごま・りんご	
	エビアボカドサラダ	83	5.9	3.6	8.1	0.4	えび	—	
サイドメニュー	ご飯	並盛	386	5.8	0.7	85.3	0.0	—	—
		大盛	538	8.0	1.0	118.7	0.0	—	—
	みそ汁		20	1.4	0.6	2.4	1.4	—	大豆
	しじみ汁		42	4.4	1.1	3.3	1.4	—	大豆
	あさり汁		51	7.0	1.2	2.7	1.6	かに	大豆
	とん汁		176	6.2	10.7	13.8	3.2	乳	豚肉・大豆
	玉子		76	6.2	5.2	0.2	0.2	卵	—
	半熟玉子		76	6.2	5.2	0.2	0.2	卵	—
	ねぎ玉子		103	7.0	5.5	5.8	1.1	卵・小麦	ごま・大豆
	チーズ		98	7.6	7.4	0.4	0.5	乳	—
	のり		5	0.6	0.1	0.6	0.1	小麦	大豆
	納豆(タレ・カラシ・ネギ含)		98	7.8	4.6	6.2	0.6	小麦	大豆
	鮭		133	13.9	8.5	0.1	1.3	—	さけ
	牛小鉢		130	7.0	9.8	3.2	1.1	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
	明太子		50	8.4	1.3	1.2	2.2	小麦	大豆
	とろろ		95	2.9	0.2	20.9	1.2	卵・乳・小麦	やまいも・大豆
	しらすおろし	※1	49	6.8	0.8	4.0	0.9	—	—
	さば味噌		476	22.7	34.4	12.6	5.0	小麦	さば・ごま・大豆
	塩鯖(1切)		205	11.5	16.9	2.0	1.0	—	さば
	炙り塩鯖(2切)	夜限定	410	23.0	33.7	4.0	2.0	—	さば
だしサブリ	ペプチド		6	1.0	0.0	0.6	0.2	小麦	大豆
	サラシア	1袋(5g)	4	0.1	0.0	0.9	0.2	小麦	大豆
	ローズヒップ		4	0.1	0.0	1.0	0.2	小麦	大豆
	GABA		4	0.1	0.0	1.0	0.2	小麦	大豆
漬物類	お新香		13	0.7	0.1	2.6	1.1	小麦	—
	キムチ		26	0.9	0.2	5.1	0.9	えび・かに	いか・りんご・ごま
調味料類	焙煎胡麻ドレッシング		66	0.3	6.3	1.8	0.5	卵・小麦	ごま・大豆
	ノンオイル和風醤油ドレッシング		9	0.4	0.0	1.7	0.7	小麦	大豆
	マヨネーズ		32	0.1	3.2	0.6	0.3	卵	大豆
	コチュジャン		4	0.1	0.0	0.8	0.1	小麦	—
	パック入ソース(中濃タイプ)		32	0.3	0.0	7.7	1.4	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン
	塩こしょう	1g	1	0.0	0.0	0.2	0.7	—	—
	かぼす胡椒	1g	0	0.0	0.0	0.1	0.2	—	—

◎ 店舗により、販売メニューが異なります。

1. カロリー数値は原則として、検査機関で分析した数値ですが、一部「食品成分表」に基づいて試算した数値を記載しております。また数値は配合に基づいた標準値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差がでる場合がありますのでご了承ください。
2. カロリー数値にはお好みでお使いいただく調味料は含まれておりません。調味料は別に記載しております。
3. アレルギー情報は商品の原材料を調べたものです。記載以外のアレルギー物質を含む食材は使用しておりません。
4. 調理の過程上において商品間・原材料間でのアレルギー物質の偶発的混入の可能性がございます。ご理解のうえ、ご利用をお願いいたします。
5. アレルギー物質に対する感受性は、個人によって大きな差があります。このデータを参考に最終的な判断は専門医に相談されることをおすすめします。

※1 しらす(イワシ稚魚)は、えび・かにが混ざる漁法で採取しています。また、イワシ稚魚は、えび・かにの幼生を食べています。