

メニュー	栄養成分 (1食当たり)					アレルギー物質				
	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	食塩相当量	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)			
	kcal	(g)	(g)	(g)	(g)					
温かい	かけそば	373	13.7	2.8	74.0	5.9	そば・小麦	大豆・(さば)		
	かけそば(大盛)	558	20.5	4.1	110.6	8.9	そば・小麦	大豆・(さば)		
	きつねそば	438	14.7	5.7	80.6	5.9	そば・小麦・乳	大豆・(さば)		
	とろろそば	464	16.3	3.3	91.4	6.7	そば・卵・小麦	さば・大豆・やまいも・ゼラチン		
	秋の3種のきのこそば	422	16.5	3.3	83.1	5.8	そば・小麦・卵	大豆		
	鍋焼十割そば	624	26.9	11.7	99.8	3.4	そば・えび・小麦・卵・乳	大豆		
	鍋焼きうどん	628	22.3	10.2	110.3	4.6	小麦・えび・卵・乳	大豆		
	冷しかけそば	351	12.4	2.8	69.5	3.5	そば・小麦	大豆・(さば)		
	冷しかけそば(大盛)	525	18.6	4.1	103.9	5.2	そば・小麦	大豆・(さば)		
	冷しかけそば(特盛)	685	24.1	5.5	135.2	5.2	そば・小麦	大豆・(さば)		
	もりそば	350	12.3	2.8	69.2	3.5	そば・小麦	大豆・(さば)		
	もりそば(大盛)	524	18.5	4.1	103.6	5.2	そば・小麦	大豆・(さば)		
	もりそば(特盛)	684	24.0	5.5	134.9	5.2	そば・小麦	大豆・(さば)		
	とろろつけそば	444	14.9	3.2	87.9	4.7	そば・卵・小麦	さば・大豆・やまいも・ゼラチン		
冷やしとろろそば	444	14.9	3.2	88.0	4.7	そば・卵・小麦	さば・大豆・やまいも・ゼラチン			
冷やしきつねそば	397	14.0	5.5	73.4	3.7	そば・小麦	大豆・(さば)			
朝そばセット	いなりそばセット	557	16.3	6.1	107.5	3.9	そば・小麦	大豆・(さば)		
	納豆そばセット	739	25.2	8.8	137.9	3.7	そば・小麦	大豆・(さば)		
	とろろご飯そばセット	734	20.3	3.7	151.0	6.7	そば・卵・小麦	さば・大豆・やまいも・ゼラチン		
丼・お重	牛丼	ミニ	478	15.3	16.9	63.5	1.2	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
		並盛	652	20.2	20.4	92.8	2.7			
		アタマの大盛	741	23.7	24.8	101.3	3.0			
		大盛	863	25.8	25.1	128.0	3.4			
		特盛	1,030	34.8	38.2	131.3	4.3			
	サラシア牛丼	ミニ	481	15.4	16.9	64.2	1.4	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
		並盛	655	20.3	20.4	93.5	2.9			
		アタマの大盛	744	23.8	24.8	102.0	3.2			
		大盛	866	25.8	25.1	128.7	3.5			
	井	かつ丼	ミニ	1,040	39.2	40.1	124.6	4.9	卵・乳・小麦	豚肉・大豆・鶏肉
			うな重	881	40.2	31.0	105.9	3.1		
			えびとかき揚げ天重	961	18.8	34.5	141.2	1.6		
			ローストビーフ重(モモ)	663	32.4	16.0	96.0	2.5		
			ミニかつ丼	543	18.5	21.4	65.1	1.8		
小丼		ミニまぐろ丼	327	19.4	1.1	59.6	0.1	卵・小麦	さば・大豆・やまいも・ゼラチン	
		ミニとろろ丼	338	6.1	0.7	74.5	1.0			
		ミニうな重	503	21.1	15.6	66.8	1.7			
		ミニえびとかき揚げ天重	720	12.0	30.7	96.9	1.2			
		ミニえびとかき揚げ天重	720	12.0	30.7	96.9	1.2			
秋の天ぷらご膳		1,006	28.4	43.0	122.6	3.5	そば・小麦・卵・乳	ごま・大豆		
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	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
		特盛	486	26.4	37.2	11.5	3.8	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	サラシア牛皿	並盛	260	14.0	19.7	6.8	2.2	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
		大盛	318	17.2	24.1	8.2	2.6	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
		特盛	489	26.4	37.2	12.2	4.0	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
お子様	お子様そばセット(厚焼玉子・ジュース・セリ・含まない)		260	10.5	4.7	43.8	2.2	そば・えび・小麦・卵	大豆・ごま・(さば)	
	お子様牛丼セット(厚焼玉子・ジュース・セリ・含まない)		454	13.0	15.4	65.9	1.9	小麦	牛肉・大豆・りんご・ゼラチン	
	お子様まぐろ丼セット(厚焼玉子・ジュース・セリ・含まない)		210	12.8	1.1	37.4	0.1			
	ジュース・プリゼリ	プチゼリー(りんご・みかん・ぶどう)1個	14	0	0	3.9	0		りんご	
	フルーツジュース 1個	54	0	0	13.4	0		りんご・オレンジ・もも		
サイドメニュー	厚焼玉子(※お子様)		73	2.8	5.8	2.5	0.5	小麦・卵・乳	大豆・ゼラチン	
	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	
	えび天		82	4.1	3.4	8.4	0.0	えび・小麦・卵・乳	大豆・ごま	
	かき揚げ		340	2.9	26.6	21.3	0.0	小麦・えび・卵・乳	大豆	
	ご飯		386	5.8	0.7	85.3	0.0			
	いなり(2個)		179	3.8	3.1	33.7	0.2	小麦	大豆	
	みそ汁		20	1.6	0.6	1.9	1.8		大豆	
	豚汁		183	9.1	10.3	12.9	2.8	小麦・乳	豚肉・大豆・牛肉・りんご	
	玉子		91	7.4	6.2	0.2	0.2	卵		
	半熟玉子		91	7.4	6.2	0.2	0.2	卵		
	納豆		90	7.4	4.5	5.4	0.0		大豆	
	きざみのり		2	0.4	0.0	0.1	0.0			
	とろろ(単品)		69	2.1	0.2	15.1	1.0	卵・小麦	さば・大豆・やまいも・ゼラチン	
	サービス品	生姜 (栄養成分・10g換算)		2	0.0	0.0	0.4	0.6		
しょうゆ (栄養成分・10g換算)		8	0.7	0.0	1.3	1.3	小麦	大豆		
七味 (栄養成分・10g換算)		37	1.6	1.5	5.8	0.0		ごま		
一味唐辛子 (栄養成分・10g換算)		42	1.6	0.9	6.7	0.0				

補足:落花生 = ピーナッツ

◎ 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にしているため、実際の商品は数値に誤差があ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、アレルギー物質の二次混入をすべて防ぐことはできません。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。
6. 魚介類・・・魚醤や魚介エキスなど無分別に網で捕獲した魚介を原材料としている食品を使用し、品目が特定できない場合に記載しています。  
\* 一部店舗では、そばつゆに「さば」を使用しております。詳しくは店員にお問い合わせください。