メニュー全情報

１．食べ残したお料理のお持ち帰りについて

２．メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

※　当店で使用しているお米は、国産米を中心に、外国産をブレンドした米を使用しております。一部の店舗につきましては、国産米のみを使用しております。詳しくは店員までお問い合わせください。
　原産地情報は随時変更があるため、HP内「食材の原産地情報」からご参照ください。

https://www.yoshinoya.com/pdf/producing_area/

吉野家
YOSHINOYA

当店のお料理をお持ち帰りされるお客様へ

お料理のお持ち帰りは、お客様の責任においてお願い申し上げます。
食品安全の観点から、以下の点ご理解お願いいたします。

・気温が上昇する**６月～９月**はお持ち帰りをご遠慮いただいております。

・時間が経過することにより食中毒のリスクが高まります。

・帰宅までに時間がかかる場合のお持ち帰りはご遠慮ください。

・お料理は**お客様ご自身でお詰めいただく**ようお願いいたします。
※お詰めいただく前に**手洗い・手の除菌**をされることをおすすめいたします

・**お持ち帰りは、加熱が十分にされているお料理**とさせていただきます。
※店舗で未加熱のトッピングや付け合わせはできるだけ取り除いてください。
※玉子、半熟玉子、とろろがかかったものは、お持ち帰りをご遠慮ください。

・お持ち帰りいただいた料理は、すぐに**冷蔵庫**におしまいいただくか、**できるだけ**速やかにお召し上がりください。

・**必ず中心まで十分に加熱して**お召し上がりください。

・電子レンジで加熱する場合は、**電子レンジに対応した別の容器**に移してください。

・少しでも怪しいと思ったら、口に入れるのはおやめください。

消費者庁、農林水産省、環境省、厚生労働省「飲食店等における「食べ残し」対策に取り組むに当たっての留意事項」 参照

株式会社吉野家
2023.10.2

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

○吉野家メニュー
○C&Cメニュー
○そば処メニュー
○地域限定メニュー

店舗により、販売メニューが異なります。限定メニューはページ下部に記載しております。

1. 栄養成分値は、配合に基づいた推定値です。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ございますのでご了承ください。
2. 0.05g未満の含有量の場合でも「0.0」表記とさせて頂いておりますのでご了承下さい。
3. アレルギー情報・栄養成分数値にはお好みでお使いいただく調味料類は含まれておりません。調味料類は別に記載しております。
4. アレルギー情報は商品の原材料を調べたものです。（〇：原材料に含みます。　▲：原材料「あさり」には『かに』が共生しています。 原材料「あおさ」は『えび』『かに』が混ざる漁法で採取されています。）
5. 揚げ物は全て同じフライヤーで揚げています。その他、調理の過程において商品間・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。
6. アレルギー物質に対する感受性は、個人により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。

※ 詳細につきましては、お客様相談室（0120-69-5114）にお問い合わせください。

吉野家　メニュー情報　Y220号

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

2025年4月14日現在

				栄養成分（1食当たり）					アレルギー物質																											
									特定原材料（8品目）								特定原材料に準ずるもの（20品目）																			
				熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド
									Wheat 小麦 밀	Milk 牛奶 우유	Egg 鸡蛋 계란	Peanut 花生 땅콩	Buckwheat 荞麦 메밀	Shrimp 虾 새우	Crab 螃蟹 게	Walnut 核桃 호두	Abalone 鲍鱼 전복	Squid 鱿鱼 오징어	SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	Orange 橙子 오렌지	Kiwifruit 猕猴桃 키위	Beef 牛肉 소고기	Salmon 三文鱼 연어	Mackerel 鲭鱼 고등어	Soybean 大豆 콩	Chicken 鸡肉 닭고기	Pork 猪肉 돼지고기	Matsutake 松蘑 송이	Banana 香蕉 바나나	Peach 桃子 복숭아	Yam 山药 참마	Apple 苹果 사과	Sesame 芝麻 깨	Cashew Nut 腰果 캐슈넛	Gelatin 明胶 젤라틴	Almond 杏仁 아몬드
				（kcal）	（g）	（g）	（g）	（g）																												
共通メニュー	丼	牛丼	小盛	474	15.4	19.6	60.9	1.9	○													○			○							○			○	
			並盛	633	19.6	23.6	88.2	2.5	○													○			○							○			○	
			アタマの大盛	725	23.0	28.8	96.6	2.8	○													○			○							○			○	
			大盛	823	24.8	29.0	119.5	3.1	○													○			○							○			○	
			特盛	1,006	33.5	44.2	122.3	4.0	○													○			○							○			○	
			超特盛	1,159	40.8	56.9	124.6	4.7	○													○			○							○			○	
		豚丼	小盛	423	10.9	15.4	60.1	1.5	○													○			○		○					○			○	
			並盛	576	14.4	18.6	88.1	2.3	○													○			○		○					○			○	
			アタマの大盛	654	16.6	22.6	96.1	2.4	○													○			○		○					○			○	
			大盛	756	18.6	22.8	120.0	3.1	○													○			○		○					○			○	
			特盛	933	25.3	36.7	124.4	4.5	○													○			○		○					○			○	
			超特盛	1,044	29.7	44.7	128.7	6.2	○													○			○		○					○			○	
		ねぎ塩豚丼	小盛	448	11.0	17.1	62.7	2.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			並盛	599	14.2	20.6	90.0	2.5	○													○			○	○	○					○	○		○	
			アタマの大盛	684	16.5	24.9	99.0	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			大盛	792	18.3	25.7	123.2	3.9	○													○			○	○	○					○	○		○	
			特盛	971	24.6	40.2	127.1	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			超特盛	1,079	28.3	48.7	130.1	6.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		ねぎ塩牛カルビ丼（成型肉）	小盛	548	17.9	26.2	60.7	2.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			並盛	722	22.6	31.8	87.6	2.6	○													○			○	○	○					○	○		○	
			アタマの大盛	871	28.5	41.7	96.1	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			大盛	964	30.0	41.9	118.3	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			特盛	1,216	41.3	62.6	122.3	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			超特盛	1,396	49.5	77.6	124.3	6.2	○													○			○	○	○					○	○		○	
		牛カルビ丼(成型肉)	小盛	568	19.2	25.1	67.0	2.1	○													○			○							○	○		○	
			並盛	743	24.0	30.3	94.7	2.4	○													○			○							○	○		○	
			アタマの大盛	893	30.1	40.0	103.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
			大盛	987	31.6	40.2	126.1	2.9	○													○			○							○	○		○	
			特盛	1,226	43.0	59.7	129.6	3.8	○													○			○							○	○		○	
			超特盛	1,392	50.9	74.2	129.6	4.0	○													○			○							○	○		○	
		牛プルコギ丼（成型肉）	小盛	597	17.0	26.9	70.9	1.7	○													○			○							○	○		○	
			並盛	801	22.1	34.1	100.8	2.3	○													○			○							○	○		○	
			アタマの大盛	927	25.9	41.1	112.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
			大盛	1,020	27.4	41.3	134.2	2.8	○													○			○							○	○		○	
			特盛	1,341	39.2	66.8	141.9	3.9	○													○			○							○	○		○	
			超特盛	1,530	45.9	80.7	149.5	4.9	○													○			○							○	○		○	
		親子丼	並盛	695	29.5	19.3	101.7	4.4	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
			大盛	922	40.1	27.0	131.3	4.6	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
		から揚げ親子丼	並盛	1,159	45.9	54.7	118.3	5.6	○	○	○													○	○	○	○									
			大盛	1,481	56.5	69.3	155.0	6.2	○	○	○													○	○	○	○									
		新スタミナ超特盛丼（成型肉）（マヨソース含む）		1,915	66.3	98.5	193.5	6.4	○		○											○			○	○	○					○	○		○	
		鰻重	一枚盛	750	34.5	26.0	99.9	2.9	○																○											
			二枚盛	1,092	62.1	51.2	103.6	4.4	○																○											
	皿	牛皿	並盛	281	13.5	22.9	5.2	1.8	○													○			○							○			○	
			大盛	344	16.6	28.0	6.5	2.3	○													○			○							○			○	
			特盛	532	25.6	43.3	9.9	3.5	○													○			○							○			○	
		牛皿ファミリーパック	三人前	843	40.6	68.7	15.6	5.5	○													○			○							○			○	
			四人前	1,124	54.1	91.6	20.8	7.3	○													○			○							○			○	
		豚皿	並盛	232	8.9	17.9	6.5	2.3	○													○			○		○					○			○	
			大盛	288	11.1	21.9	8.7	3.1	○													○			○		○					○			○	
			特盛	465	17.8	35.8	13.1	4.5	○													○			○		○					○			○	
		牛カルビ皿(成型肉)		519	24.1	39.3	14.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
		ねぎ塩豚皿		310	10.5	24.2	9.9	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
		ねぎ塩牛カルビ皿（成型肉）		496	22.5	41.0	7.0	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		牛プルコギ皿（成型肉）		552	19.9	40.4	23.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
		鰻皿	一枚盛	369	28.3	25.3	9.4	2.6	○																○											
			二枚盛	711	55.9	50.5	13.2	4.2	○																○											
			三枚盛	1,053	83.5	75.7	16.9	5.7	○																○											
	定食	牛鮭定食		685	31.8	25.0	88.0	4.0	○					▲	▲							○	○		○							○			○	
		牛さば定食		738	26.6	28.5	88.0	3.8	○					▲	▲							○		○	○							○			○	
		牛カルビ定食（成型肉）		898	31.5	40.7	102.3	4.2	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		ねぎ塩豚定食		689	17.9	25.5	97.6	4.4	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		ねぎ塩牛カルビ定食（成型肉）		876	29.9	42.4	94.5	4.5	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		牛プルコギ定食（成型肉）		942	27.6	41.8	112.2	5.0	○					○	○			○				○			○							○	○		○	
		牛皿定食	並盛	719	26.4	29.3	89.5	3.3	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			大盛	783	29.5	34.4	90.7	3.8	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			特盛	970	38.5	49.6	94.2	5.0	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
		鰻重牛小鉢セット	一枚盛	928	43.2	38.5	107.7	6.1	○					▲	▲							○			○							○			○	
			二枚盛	1,270	70.8	63.7	111.4	7.6	○					▲	▲							○			○							○			○	
	W定食	牛皿・牛カルビ定食(成型肉)		1,163	44.4	63.5	104.1	6.0	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		牛皿・ねぎ塩豚定食		955	30.8	48.3	99.3	6.2	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		牛皿・ねぎ塩牛カルビ定食（成型肉）		1,141	42.8	65.2	96.4	6.3	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		牛皿・から揚げ定食		1,244	46.7	67.4	112.2	5.3	○	○	○			▲	▲							○			○	○						○			○	
		牛皿・牛プルコギ定食（成型肉）		1,191	39.8	64.5	111.3	5.4	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
	朝定食	納豆定食		544	21.3	11.1	92.0	2.1	○		○			▲	▲										○											
		焼魚定食（鮭）		501	23.3	9.8	84.8	2.7	○					▲	▲								○		○											
		特朝定食（鮭）		676	37.2	19.6	92.1	3.4	○		○			▲	▲								○		○											
		塩さば定食		554	18.1	13.2	84.8	2.5	○					▲	▲									○	○											
		塩さば特朝定食		729	32.0	23.1	92.0	3.2	○		○			▲	▲									○	○											
		朝牛セット	玉子セット	※牛丼含まず	95	7.4	5.7	2.7	1.5		○			▲	▲										○											
			半熟玉子セット		95	7.4	5.7	2.7	1.5		○			▲	▲										○											
			お新香セット		36	1.9	1.0	5.0	2.2	○				▲	▲										○											
			ミニサラダセット		35	1.9	0.7	6.0	1.4					▲	▲										○											
			納豆セット		120	9.0	5.2	9.6	1.9	○				▲	▲										○											
		一汁三菜朝定	納豆牛小鉢定食		620	22.0	17.5	97.5	2.9	○					▲	▲						○			○							○			○	
			焼魚牛小鉢定食		653	30.1	21.3	90.5	3.7	○					▲	▲						○	○		○							○			○	
			塩さば牛小鉢定食		706	24.9	24.8	90.4	3.5	○					▲	▲						○		○	○							○			○	
			ハムエッグ納豆定食		589	24.4	13.1	96.1	2.7	○	○	○			▲	▲									○		○									
			ハムエッグ牛小鉢定食		630	23.4	19.9	91.8	3.2	○	○	○			▲	▲						○			○		○					○			○	
			Wハムエッグ納豆定食		690	33.6	19.2	97.5	3.5	○	○	○			▲	▲									○		○									
			Wハムエッグ牛小鉢定食		732	32.7	26.0	93.2	3.9	○	○	○			▲	▲						○			○		○					○			○	

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

2025年4月14日現在

					栄養成分（1食当たり）					アレルギー物質																									
										特定原材料（8品目）								特定原材料に準ずるもの（20品目）																	
					熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦 Wheat 小麦 밀	乳 Milk 牛奶 우유	卵 Egg 鸡蛋 계란	落花生 Peanut 花生 땅콩	そば Buckwheat 荞麦 메밀	えび Shrimp 虾 새우	かに Crab 螃蟹 게	くるみ Walnut 核桃 호두	あわび Abalone 鲍鱼 전복	いか Squid 鱿鱼 오징어	いくら SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	オレンジ Orange 橙子 오렌지	キウイフルーツ Kiwifruit 猕猴桃 키위	牛肉 Beef 牛肉 소고기	さけ Salmon 三文鱼 연어	さば Mackerel 鲭鱼 고등어	大豆 Soybean 大豆 콩	鶏肉 Chicken 鸡肉 닭고기	豚肉 Pork 猪肉 돼지고기	まつたけ Matsutake 松蘑 송이	バナナ Banana 香蕉 바나나	もも Peach 桃子 복숭아	山芋 Yam 山药 참마	りんご Apple 苹果 사과	ごま Sesame 芝麻 깨	カシューナッツ Cashew Nut 腰果 캐슈넛	ゼラチン Gelatin 明胶 젤라틴	アーモンド Almond 杏仁 아몬드
共通メニュー	から揚げ	丼	から揚げ丼	並盛	943	31.9	44.0	104.5	2.2	○	○	○													○	○									
				アタマの大盛	1,172	41.0	58.5	119.1	2.9	○	○	○													○	○									
				大盛	1,264	42.3	58.6	140.9	2.7	○	○	○													○	○									
				特盛	1,461	50.9	73.1	148.0	3.3	○	○	○													○	○									
			から牛	並盛	886	29.9	41.0	99.9	2.3	○	○	○										○			○	○					○			○	
				アタマの大盛	1,114	39.0	55.5	114.3	3.0	○	○	○										○			○	○					○			○	
				大盛	1,208	40.5	55.7	136.6	3.0	○	○	○										○			○	○					○			○	
				特盛	1,405	49.1	70.1	143.6	3.7	○	○	○										○			○	○					○			○	
			タルタル南蛮から揚げ丼	並盛	1,230	34.3	69.5	116.3	4.4	○	○	○													○	○						○			
				アタマの大盛	1,458	43.4	84.0	130.7	5.1	○	○	○													○	○						○			
				大盛	1,550	44.7	84.2	152.6	4.9	○	○	○													○	○						○			
				特盛	1,746	53.3	98.6	159.5	5.5	○	○	○													○	○						○			
			ねぎ塩から揚げ丼	並盛	986	32.7	46.0	110.2	4.1	○	○	○													○	○	○				○	○			
				アタマの大盛	1,214	41.9	60.4	124.6	4.7	○	○	○													○	○	○				○	○			
				大盛	1,308	43.4	60.6	146.7	4.7	○	○	○													○	○	○				○	○			
				特盛	1,505	52.0	75.0	153.7	5.4	○	○	○													○	○	○				○	○			
			ヤンニョムから揚げ丼	並盛	1,013	32.9	44.6	119.7	3.3	○	○	○													○	○						○			
				アタマの大盛	1,241	42.1	59.1	134.1	4.0	○	○	○													○	○						○			
				大盛	1,339	43.8	59.7	155.8	3.5	○	○	○													○	○						○			
				特盛	1,537	52.5	74.2	162.7	4.1	○	○	○													○	○						○			
			にんにくマシマシから揚げ超特盛丼（マヨソース含む）		2,123	72.4	101.1	228.9	8.5	○	○	○													○	○	○					○			
		定食	から揚げ定食	並盛	1,168	42.2	59.0	115.9	4.2	○	○	○			▲	▲									○	○									
				大盛	1,366	50.8	73.4	123.0	5.0	○	○	○			▲	▲									○	○									
				特盛	1,563	59.5	87.8	130.1	5.7	○	○	○			▲	▲									○	○									
			から揚げお新香定食		953	34.1	41.3	111.2	4.4	○	○	○			▲	▲									○	○									
			タルタル南蛮から揚げ定食	並盛	1,454	44.6	84.6	127.5	6.4	○	○	○			▲	▲									○	○						○			
				大盛	1,651	53.2	99.0	134.6	7.1	○	○	○			▲	▲									○	○						○			
				特盛	1,849	61.9	113.4	141.6	7.9	○	○	○			▲	▲									○	○						○			
			ねぎ塩から揚げ定食	並盛	1,210	43.0	61.0	121.4	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○	○				○	○			
				大盛	1,407	51.6	75.4	128.4	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○	○				○	○			
				特盛	1,604	60.2	89.8	135.4	7.4	○	○	○			▲	▲									○	○	○				○	○			
			ヤンニョムから揚げ定食	並盛	1,238	43.2	59.6	131.0	5.3	○	○	○			▲	▲									○	○						○			
				大盛	1,435	51.9	74.0	138.0	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○						○			
				特盛	1,633	60.6	88.5	145.0	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○						○			
		単品	から揚げ	1個	197	8.7	14.4	7.0	0.7	○	○	○													○	○									
			タルタルソース		251	1.8	25.9	2.7	0.8	○		○													○										
			ヤンニョムソース		64	0.9	0.1	15.0	1.1																									
	カレー		黒カレー	並盛	480	8.2	6.4	100.5	2.9	○	○										○				○	○	○				○	○			
				ご飯増量	605	10.2	6.7	130.2	2.9	○	○										○				○	○	○				○	○			
			牛黒カレー	並盛	622	15.0	17.9	103.3	3.9	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
				ご飯増量	746	17.0	18.1	133.0	3.9	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
			肉だく牛黒カレー	並盛	761	21.7	29.3	105.7	4.7	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
				ご飯増量	886	23.7	29.6	135.4	4.7	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
			牛カルビ黒カレー（成型肉）	並盛	789	22.7	30.5	107.4	4.4	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
				ご飯増量	914	24.7	30.8	137.1	4.4	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
			牛×牛カルビ黒カレー（成型肉）	並盛	930	29.5	42.0	110.2	5.4	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
				ご飯増量	1,055	31.5	42.2	139.9	5.4	○	○										○		○		○	○	○				○	○		○	
			から揚げ黒カレー	並盛	874	25.4	35.2	114.5	4.2	○	○	○									○				○	○	○				○	○			
				ご飯増量	998	27.4	35.5	144.2	4.2	○	○	○									○				○	○	○				○	○			
			牛魯珈カレー	並盛	618	14.9	16.6	106.9	3.3	○													○		○	○	○				○			○	
				ご飯増量	743	16.9	16.9	136.6	3.3	○													○		○	○	○				○			○	
			肉だく牛魯珈カレー	並盛	757	21.5	28.1	109.3	4.2	○													○		○	○	○				○			○	
				ご飯増量	882	23.5	28.3	139.0	4.2	○													○		○	○	○				○			○	
	お子様セット		ミニ牛丼		352	9.0	14.0	49.5	1.5	○													○		○						○			○	
			ミニカレー		271	5.0	2.0	59.9	1.1														○		○	○	○		○			○			
			ウィンナー	2本	86	3.2	6.1	4.4	0.6	○	○	○											○		○	○	○								
			トマトケチャップ	1P	11	0.1	0.1	2.5	0.2																										
			ふりかけ（たまごふりかけ）	1袋	11	0.6	0.5	1.0	0.2	○	○	○												○	○	○						○			
			お子様ジュース（リンゴジュース）	1個	58	0.1	0.0	14.4	0.0																						○				
			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																						○				
	サラダ		チーズ牛サラダ※ドレッシングは含みません		495	33.6	36.1	9.1	1.8	○	○	○											○			○	○					○			○	
			キムチ牛サラダ※ドレッシングは含みません		419	27.1	28.5	13.6	2.2	○		○			○	○			○				○			○	○					○	○		○	
			生野菜サラダ		16	0.7	0.1	3.1	0.0																										
			ポテトサラダ		88	1.7	4.8	9.7	0.5			○													○										
	サイドメニュー		ご飯	並盛	343	5.5	0.7	81.6	0.0																										
				大盛	468	7.5	0.9	111.3	0.0																										
			みそ汁		20	1.3	0.6	2.5	1.3						▲	▲									○										
			あさり汁		53	7.3	1.2	2.8	1.5							▲									○										
			しじみ汁		41	4.3	1.1	3.3	1.3																○										
			豚汁		143	5.0	7.7	13.8	3.3		○														○		○								
			玉子		76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																							
			半熟玉子		76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																							
			ねぎ玉子		103	7.0	5.5	5.8	1.1	○		○													○							○			
			ねぎラー油		110	1.5	8.5	7.2	0.3	○															○							○			
			チーズ		103	7.4	7.9	0.6	0.5		○																								
			のり		5	0.6	0.1	0.6	0.1	○															○										
			納豆（タレ・カラシ・ネギ含む）		99	7.8	4.7	7.1	0.6	○															○										
			鮭		133	13.9	8.5	0.1	1.3														○												
			塩さば（単品）		185	10.7	12.0	0.0	1.1															○											
			肉だく（牛小鉢）		142	6.8	11.5	2.8	1.0	○												○			○							○			○	
			ねぎだく		48	1.7	0.7	8.6	1.2	○												○			○							○			○	
			ねぎ塩だれ（単品）		40	1.5	1.5	5.4	2.6	○															○	○	○					○	○			
			お新香	1皿	13	0.7	0.1	2.6	1.1	○																									
			キムチ	1皿	26	0.9	0.2	5.1	0.9						○	○			○													○	○			
			紅生姜	5g	1	0.0	0.0	0.2	0.3																										
	調味料類		焙煎ごまドレッシング	1パック	49	0.3	4.5	1.7	0.6	○		○													○								○			
			ノンオイル和風ドレッシング		6	0.3	0.0	1.2	0.8	○															○											
			マヨソース		27	0.1	2.6	0.6	0.3			○													○											
			ウスターソース	10g	11	0.1	0.0	2.7	0.8																○						○					
			しょうゆ		8	0.7	0.0	1.3	1.3	○															○											
			山椒	1パック	1	0.0	0.0	0.2	0.0																										
			テイクアウト用　七味	1パック	1	0.0	0.0	0.1	0.0																								○			
			テイクアウト用　紅生姜		1	0.0	0.0	0.2	0.4																										

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

2025年4月14日現在

				栄養成分（1食当たり）					アレルギー物質																										
									特定原材料（8品目）								特定原材料に準ずるもの（20品目）																		
				熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	小麦 Wheat 小麦 밀	乳 Milk 牛奶 우유	卵 Egg 鸡蛋 계란	落花生 Peanut 花生 땅콩	そば Buckwheat 荞麦 메밀	えび Shrimp 虾 새우	かに Crab 螃蟹 게	くるみ Walnut 核桃 호두	あわび Abalone 鲍鱼 전복	いか Squid 鱿鱼 오징어	いくら SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	オレンジ Orange 橙子 오렌지	キウイフルーツ Kiwifruit 猕猴桃 키위	牛肉 Beef 牛肉 소고기	さけ Salmon 三文鱼 연어	さば Mackerel 鲭鱼 고등어	大豆 Soybean 大豆 콩	鶏肉 Chicken 鸡肉 닭고기	豚肉 Pork 猪肉 돼지고기	まつたけ Matsutake 松蘑 송이	バナナ Banana 香蕉 바나나	もも Peach 桃子 복숭아	山芋 Yam 山药 참마	りんご Apple 苹果 사과	ごま Sesame 芝麻 깨	カシューナッツ Cashew Nut 腰果 캐슈넛	ゼラチン Gelatin 明胶 젤라틴	アーモンド Almond 杏仁 아몬드
C&C限定メニュー		大判豚肩ロース焼き丼（旨ダレ生姜）	並盛	768	29.6	26.9	101.4	4.3	○																○		○					○			○	
			大盛	996	37.4	33.2	136.8	4.8	○																○		○					○			○	
		牛丼ON野菜	小盛	583	19.0	23.0	78.5	2.7	○													○			○							○	○		○	
			並盛	732	23.1	24.8	104.1	3.1	○													○			○							○	○		○	
			アタマの大盛	835	26.6	32.2	114.2	3.5	○													○			○							○	○		○	
			大盛	933	28.4	32.4	137.2	3.9	○													○			○							○	○		○	
			特盛	1,116	37.2	47.7	139.9	4.8	○													○			○							○	○		○	
			超特盛	1,268	44.4	60.4	142.2	5.5	○													○			○							○	○		○	
		大判豚肩ロース焼き定食（旨ダレ生姜）	並盛	806	31.6	27.6	108.0	5.6	○					▲	▲										○		○					○			○	
			大盛	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○					▲	▲										○		○					○			○	
		大判豚肩ロース焼き皿（旨ダレ生姜）	並盛	429	23.9	26.2	20.8	4.4	○																○		○					○			○	
			大盛	518	29.5	32.3	23.0	4.9	○																○		○					○			○	
		牛皿・豚生姜焼き定食		1,072	44.3	50.4	109.7	7.4	○					▲	▲							○			○		○					○			○	
		ON野菜トッピング		73	2.1	3.3	9.7	0.8	○																○								○			
	アイス	チョコチップ		220	3.3	14.3	19.2	0.1		○															○											
		バニラ		182	2.8	11.3	17.4	0.1		○																										
	ジュース	コカ・コーラ	100㎖	45	0.0	0.0	11.3	0.0																												
		カルピス		44	0.2	0.0	10.9	0.0		○																										
		カルピスソーダ		39	0.2	0.0	9.8	0.0		○																										
		煌（ファン）		0	0.0	0.0	0.1	0.0																												
		ファンタメロンソーダ		50	0.0	0.0	12.6	0.0																												
		ミニッツメイドオレンジ		46	0.1	0.1	11.2	0.0												○																
	コーヒー類	ホットブレンドコーヒー	1杯	4	0.2	0.0	0.7	0.0																												
		ホットカフェオレ		44	1.3	1.4	6.5	0.0		○																										
		ホットカフェモカ		54	0.8	1.0	10.5	0.1		○																										
		ホットココア		54	0.6	1.1	10.6	0.2		○																										
		アイスコーヒー		8	0.4	0.0	1.4	0.0		○																										
		アイスカフェオレ		64	1.9	2.0	9.4	0.1		○																										
		アイスカフェモカ		68	1.0	1.3	13.3	0.2		○																										
		アイスココア		83	1.0	1.7	16.3	0.2		○																										
	オプション	ガムシロップ	1個包装	32	0.0	0.0	8.0	0.0																												
		スティックシュガー		12	0.0	0.0	3.0	0.0																												
		コーヒーフレッシュ		10	0.2	1.0	0.2	0.0		○															○											
そば処限定メニュー	そば 温	かけそば	小盛	197	8.2	1.5	38.0	3.9	○				○											○	○											
			並盛	392	16.3	3.0	75.3	7.7	○				○											○	○											
			大盛	586	24.3	4.5	112.6	11.4	○				○											○	○											
	そば 冷	冷しかけそば	小盛	202	8.3	1.5	39.2	5.0	○				○											○	○											
			並盛	373	14.5	3.0	72.4	5.0	○				○											○	○											
			大盛	544	20.7	4.5	105.7	5.0	○				○											○	○											
			特盛	715	26.8	5.9	139.0	5.0	○				○											○	○											
		もりそば	小盛	201	8.2	1.5	38.8	4.9	○				○											○	○											
			並盛	372	14.4	3.0	72.1	4.9	○				○											○	○											
			大盛	543	20.6	4.4	105.4	4.9	○				○											○	○											
			特盛	714	26.8	5.9	138.7	4.9	○				○											○	○											
	トッピング	肉だく		275	13.1	22.9	4.1	1.3	○													○			○							○			○	
		天玉（玉子＋かき揚げ）		416	9.1	31.8	21.5	0.2	○	○	○			○											○								○			
		きつね		89	4.3	4.4	8.0	0.5	○																○											
		とろろ		86	3.6	0.4	18.1	1.0																	○						○					
	ご飯もの 丼	かつ丼		994	33.9	40.7	122.6	4.4	○	○	○											○			○		○					○			○	
		うな重		1,047	61.2	51.1	93.4	3.9	○													○			○											
		えびとかき揚げ天重		866	21.0	30.0	136.0	2.4	○	○	○			○										○	○								○			
	ご飯もの 小丼	かつ丼		568	18.1	20.5	78.2	2.5	○	○	○											○			○		○					○			○	
		から揚げ丼		636	21.3	29.3	71.2	1.3	○	○	○														○	○										
		まぐろ丼		301	18.4	1.6	55.9	0.1																												
		とろろ丼		320	7.4	0.9	73.7	1.0																	○						○					
		うな重		563	29.4	23.6	62.6	1.9	○													○			○											
		えびとかき揚げ天重		708	12.4	32.2	92.8	1.7	○	○	○			○										○	○								○			
	ご飯もの カレー	かつ黒カレー	並盛	900	22.6	36.1	122.8	3.9	○	○	○									○					○	○	○					○	○			
			ご飯増量	1,025	24.6	36.3	152.5	3.9	○	○	○									○					○	○	○					○	○			
	セット	親子丼並盛そばセット（もりそば）		1,067	43.9	22.3	173.8	9.3	○		○		○									○		○	○	○	○					○			○	
		親子丼並盛そばセット（かけそば）		1,087	45.7	22.3	176.9	12.1	○		○		○									○		○	○	○	○					○			○	
		親子丼大盛そばセット（もりそば）		1,294	54.5	30.0	203.5	9.5	○		○		○									○		○	○	○	○					○			○	
		親子丼大盛そばセット（かけそば）		1,313	56.3	30.1	206.6	12.3	○		○		○									○		○	○	○	○					○			○	
		から揚げ親子丼並盛そばセット（もりそば）		1,531	60.3	57.7	190.4	10.4	○	○	○		○											○	○	○	○									
		から揚げ親子丼並盛そばセット（かけそば）		1,551	62.1	57.7	193.5	13.2	○	○	○		○											○	○	○	○									
		から揚げ親子丼大盛そばセット（もりそば）		1,853	70.9	72.3	227.1	11.1	○	○	○		○											○	○	○	○									
		から揚げ親子丼大盛そばセット（かけそば）		1,873	72.7	72.4	230.2	13.9	○	○	○		○											○	○	○	○									
	朝そばセット	朝そば納豆		724	27.8	8.2	137.7	8.2	○				○											○	○											
		朝そば納豆牛小鉢		866	34.6	19.6	140.5	9.2	○				○									○		○	○							○			○	
		朝かき揚げそば納豆		1,064	30.7	34.8	159.0	8.4	○	○	○		○	○										○	○								○			
	天ぷら	えび天		123	5.5	6.0	11.4	0.4	○	○	○			○											○								○			
		紅生姜かき揚げ		345	3.0	26.7	22.5	2.0	○	○	○			○											○								○			
		かき揚げ		231	3.5	17.3	20.9	0.1	○	○	○			○											○								○			
	薬味	わさび		5	0.2	0.1	0.9	0.0																	○											
		きざみのり		2	0.4	0.0	0.1	0.0																												
	サービス品	生姜	10g	2	0.0	0.0	0.4	0.6																												
		しょうゆ		8	0.7	0.0	1.3	1.3	○																○											
		七味		37	1.6	1.5	5.8	0.0																									○			
		一味唐辛子		42	1.6	0.9	6.7	0.0																												

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

2025年4月14日現在

			栄養成分（1食当たり）					アレルギー物質 特定原材料（8品目）								アレルギー物質 特定原材料に準ずるもの（20品目）																	
			熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦 Wheat 小麦 밀	乳 Milk 牛奶 우유	卵 Egg 鸡蛋 계란	落花生 Peanut 花生 땅콩	そば Buckwheat 荞麦 메밀	えび Shrimp 虾 새우	かに Crab 螃蟹 게	くるみ Walnut 核桃 호두	あわび Abalone 鲍鱼 전복	いか Squid 鱿鱼 오징어	いくら SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	オレンジ Orange 橙子 오렌지	キウイフルーツ Kiwifruit 猕猴桃 키위	牛肉 Beef 牛肉 소고기	さけ Salmon 三文鱼 연어	さば Mackerel 鲭鱼 고등어	大豆 Soybean 大豆 콩	鶏肉 Chicken 鸡肉 닭고기	豚肉 Pork 猪肉 돼지고기	まつたけ Matsutake 松蘑 송이	バナナ Banana 香蕉 바나나	もも Peach 桃子 복숭아	山芋 Yam 山药 참마	りんご Apple 苹果 사과	ごま Sesame 芝麻 깨	カシューナッツ Cashew Nut 腰果 캐슈넛	ゼラチン Gelatin 明胶 젤라틴	アーモンド Almond 杏仁 아몬드
地域限定メニュー	親子丼	並盛	628	26.7	12.4	103.9	4.4	○	○	○											○		○	○	○	○					○			○	
		大盛	854	37.3	20.2	133.6	4.6	○	○	○											○		○	○	○	○					○			○	
	牛麦とろ丼	並盛	585	18.2	16.5	96.1	1.9	○													○			○						○	○			○	
		大盛	782	24.4	24.5	122.9	2.4	○													○			○						○	○			○	
	牛皿麦とろ御膳	並盛	703	24.2	24.8	101.1	4.2	○					▲	▲							○			○						○	○			○	
		肉2倍盛	984	37.7	47.7	106.3	6.0	○					▲	▲							○			○						○	○			○	
	とろろ		86	3.6	0.4	18.1	1.0																	○						○					
	オーストリッチ丼		561	27.0	7.9	97.5	3.1	○	○	○														○							○				
	牛鍋丼	並盛	523	14.4	13.2	90.0	2.0	○		○											○			○		○					○			○	
		大盛	700	18.8	17.2	121.8	2.5	○		○											○			○		○					○			○	
	バタービーフカレー	並盛	651	15.8	19.4	105.9	3.9	○	○												○			○	○						○			○	
		ご飯増量	776	17.8	19.6	135.6	3.9	○	○												○			○	○						○			○	
	肉だくバタービーフカレー	並盛	788	22.4	30.8	108.0	4.6	○	○												○			○	○						○			○	
		ご飯増量	913	24.4	31.1	137.7	4.6	○	○												○			○	○						○			○	
	鉄板バタービーフカレー		838	24.6	31.1	118.4	4.6	○	○												○			○	○						○			○	
	バターチキンカレー	並盛	707	26.3	22.0	103.8	3.6	○	○															○	○										
		ご飯増量	832	28.3	22.2	133.4	3.6	○	○															○	○										
	にこから丼		652	22.2	29.4	74.4	2.7	○	○	○											○			○	○						○				
	和からし		5	0.1	0.1	0.8	0.1																												
	トマトケチャップ（オレンジドリーム号）		54	0.7	0.3	12.3	1.2																												
地域限定メニュー	カルビ弁当（成型肉）		840	27.1	38.5	97.1	3.2	○													○			○							○	○		○	
	から揚げ弁当		1,139	40.1	58.9	110.2	2.9	○	○	○														○	○										
	タルタル南蛮から揚げ弁当		1,421	42.5	84.0	121.9	5.1	○	○	○														○	○							○			
	ねぎタレから揚げ弁当		1,166	42.0	59.0	115.4	4.4	○	○	○														○	○							○			
	豚生姜焼き弁当		650	16.4	22.8	94.9	2.8	○													○			○		○					○			○	
	牛鮭弁当		737	29.6	30.6	87.5	3.3	○													○	○		○							○			○	
	牛さば弁当		814	29.9	35.7	87.4	3.2	○													○		○	○							○			○	
	牛皿・豚生姜焼き弁当		926	29.7	45.6	99.5	4.4	○													○			○		○					○			○	
	牛焼肉定食		794	24.6	32.4	103.9	4.5	○													○			○							○	○		○	
	牛皿・牛焼肉定食		1,070	37.9	55.2	108.4	6.1	○													○			○							○	○		○	
	牛カルビ生姜弁当（成型肉）		826	28.0	39.6	89.8	2.4	○													○			○										○	
	牛皿・牛カルビ生姜弁当（成型肉）		1,103	41.4	62.4	94.4	4.0	○													○			○							○			○	
	ハンバーグ弁当		691	20.7	24.3	100.5	2.0	○	○	○											○			○	○	○									
	チーズハンバーグ弁当		794	28.1	32.2	101.0	2.5	○	○	○											○			○	○	○									
	オムハンバーグ弁当		762	22.9	30.1	102.9	2.3	○	○	○											○			○	○	○									
	牛皿・ハンバーグ弁当		968	34.1	47.1	105.0	3.6	○	○	○											○			○	○	○					○			○	
	Wから揚げ弁当（から揚げ牛カルビ（成型肉））		1,435	53.8	83.6	113.8	4.4	○	○	○											○			○	○							○		○	
	Wから揚げ弁当（から揚げ牛カルビ生姜焼き（成型肉））		1,424	54.1	82.7	112.8	4.7	○	○	○											○			○	○									○	
	Wから揚げ弁当（から揚げ牛焼肉）		1,380	50.3	75.5	124.2	6.3	○	○	○											○			○	○						○	○		○	
	Wから揚げ弁当（から揚げ豚生姜焼き）		1,238	42.1	65.9	115.7	4.7	○	○	○											○			○	○	○					○			○	
テイクアウト専門店	豚生姜焼き丼	小盛	441	11.1	15.8	63.7	1.6	○													○			○		○					○			○	
		並盛	595	14.4	18.7	92.8	2.2	○													○			○		○					○			○	
		アタマの大盛	679	16.8	22.8	102.1	2.7	○													○			○		○					○			○	
		大盛	773	18.3	23.0	124.4	2.7	○													○			○		○					○			○	
		特盛	968	25.2	37.0	132.9	4.5	○													○			○		○					○			○	
		超特盛	1,062	28.6	45.0	134.0	4.7	○													○			○		○					○			○	
	牛焼肉丼	小盛	521	16.8	20.4	69.5	2.6	○													○			○							○	○		○	
		並盛	719	21.7	26.8	100.7	4.1	○													○			○							○	○		○	
		アタマの大盛	828	25.5	32.4	112.0	4.9	○													○			○							○	○		○	
		大盛	916	28.1	31.4	134.2	4.8	○													○			○							○	○		○	
		特盛	1,153	39.4	50.5	139.3	6.2	○													○			○							○	○		○	
		超特盛	1,274	45.2	60.9	140.2	6.7	○													○			○							○	○		○	
	牛カルビ生姜丼（成型肉）	小盛	538	17.9	24.6	61.8	1.6	○													○			○										○	
		並盛	717	22.8	29.9	90.5	2.3	○													○			○										○	
		アタマの大盛	865	28.7	39.6	99.2	2.7	○													○			○										○	
		大盛	959	30.2	39.8	121.5	2.7	○													○			○										○	
		特盛	1,212	41.9	59.3	128.2	4.6	○													○			○										○	
		超特盛	1,378	49.8	73.7	128.2	4.8	○													○			○										○	
	から揚げ親子丼	並盛	1,065	36.8	45.8	125.3	6.3	○	○	○													○	○	○	○									
		大盛	1,447	55.5	63.0	162.4	7.3	○	○	○													○	○	○	○									
	タルタル南蛮から揚げ丼	並盛	1,228	34.1	69.5	116.0	4.2	○	○	○														○	○							○			
		アタマの大盛	1,456	43.2	84.0	130.4	4.9	○	○	○														○	○							○			
		大盛	1,550	44.7	84.2	152.6	4.9	○	○	○														○	○							○			
		特盛	1,747	53.3	98.6	159.6	5.5	○	○	○														○	○							○			
	ねぎタレから揚げ丼	並盛	973	33.5	44.5	109.5	3.5	○	○	○														○	○							○			
		アタマの大盛	1,201	42.7	59.0	123.9	4.2	○	○	○														○	○							○			
		大盛	1,294	44.2	59.2	146.1	4.2	○	○	○														○	○							○			
		特盛	1,491	52.8	73.6	153.2	4.9	○	○	○														○	○							○			
	豚生姜焼き皿		318	11.2	22.2	15.5	3.0	○													○			○		○					○			○	
	牛焼肉皿		454	19.5	31.7	22.9	4.9	○													○			○							○	○		○	
	牛カルビ生姜皿（成型肉）		478	22.4	38.8	7.6	2.2	○													○			○										○	

メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

2025年4月14日現在

				栄養成分（1食当たり）					アレルギー物質																											
									特定原材料（8品目）								特定原材料に準ずるもの（20品目）																			
				熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド
									Wheat 小麦 밀	Milk 牛奶 우유	Egg 鸡蛋 계란	Peanut 花生 땅콩	Buckwheat 荞麦 메밀	Shrimp 虾 새우	Crab 螃蟹 게	Walnut 核桃 호두	Abalone 鲍鱼 전복	Squid 鱿鱼 오징어	SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	Orange 橙子 오렌지	Kiwifruit 猕猴桃 키위	Beef 牛肉 소고기	Salmon 三文鱼 연어	Mackerel 鲭鱼 고등어	Soybean 大豆 콩	Chicken 鸡肉 닭고기	Pork 猪肉 돼지고기	Matsutake 松蘑 송이	Banana 香蕉 바나나	Peach 桃子 복숭아	Yam 山药 참마	Apple 苹果 사과	Sesame 芝麻 깨	Cashew Nut 腰果 캐슈넛	Gelatin 明胶 젤라틴	Almond 杏仁 아몬드
				(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)																												
地域限定メニュー	沖縄限定メニュー	沖縄そば		315	11.2	13.1	36.3	4.1	○																○		○									
		タコライス（サルサソース）		678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○												○			○		○					○				
		タコライス（トマトソース）		681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○												○			○		○									
		ビフタコ（サルサソース）		861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○												○			○		○					○			○	
		ビフタコ（トマトソース）		865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○												○			○		○					○			○	
		激辛ソース	1パック	1	0.0	0.0	0.1	0.2																												
		ブルーシール　バニラ	スマイルカップ1個	86	1.9	4.4	9.3	0.1		○															○											
		ブルーシール　チョコレート		84	1.8	3.9	10.4	0.1		○															○											
		ブルーシール　シークヮーサーソルベ		62	0.0	0.0	16.1	0.0																												
		ブルーシール　紅イモ		85	1.7	4.0	10.3	0.1		○															○											
		ブルーシール　グレープ		63	0.0	0.0	16.2	0.0																												
		ブルーシール　フレヤコーン	シングル	16	0.3	0.0	3.6	0.0	○																○											
		ブルーシール　バニラ		166	3.7	8.6	18.0	0.2		○																										
		ブルーシール　チョコレート		162	3.5	7.5	20.0	0.2		○																										
		ブルーシール　バニラ＆クッキー		187	3.9	9.6	21.5	0.3	○	○															○											
		ブルーシール　ブルーウェーブ		135	1.8	3.7	23.9	0.1		○																										
		ブルーシール　サンフランシスコミントチョコ		188	3.7	10.5	19.6	0.2		○															○											
		ブルーシール　紅イモ		163	3.4	7.7	19.8	0.2		○																										
		ブルーシール　ショコラクッキースワール		164	1.4	3.3	7.5	0.3	○	○															○											
		ブルーシール　塩ちんすこう		189	3.8	9.7	21.1	0.3	○	○												○			○		○									
		ブルーシール　ストロベリーチーズケーキ		171	3.5	8.3	20.4	0.2	○	○	○																									
		ブルーシール　至福のチョコナッツ＆ストロベリー		165	3.7	8.6	19.1	0.2		○																										○
		コカ・コーラ	100ml	45	0.0	0.0	11.3	0.0																												
		さんぴん茶		0	0.0	0.0	0.0	0.0																												

2025年4月14日現在

NUTRITION ・ALLERGEN LIST

Menu				NUTRITION (per serving)					ALLERGEN																									
									Labelling is mandatory								Labelling is recommended																	
				calorie (kcal)	protein (g)	fat (g)	carbohydrate (g)	salt equivalent (g)	Wheat	Milk	Egg	Peanut	Buckwheat	Shrimp	Crab	Walnut	Abalone	Squid	Salmon Roe	Orange	Kiwifruit	Beef	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Pork	Matsutake	Banana	Peach	Yam	Apple	Sesame	Cashew Nut	Gelatin	Almond
Common menu	BoWl	Beef Bowl	S	474	15.4	19.6	60.9	1.9	○													○			○							○			○	
			M	633	19.6	23.6	88.2	2.5	○													○			○							○			○	
			Beef L	725	23.0	28.8	96.6	2.8	○													○			○							○			○	
			L	823	24.8	29.0	119.5	3.1	○													○			○							○			○	
			XL	1,006	33.5	44.2	122.3	4.0	○													○			○							○			○	
			XXL	1,159	40.8	56.9	124.6	4.7	○													○			○							○			○	
		Pork Bowl	S	423	10.9	15.4	60.1	1.5	○													○			○		○					○			○	
			M	576	14.4	18.6	88.1	2.3	○													○			○		○					○			○	
			Pork L	654	16.6	22.6	96.1	2.4	○													○			○		○					○			○	
			L	756	18.6	22.8	120.0	3.1	○													○			○		○					○			○	
			XL	933	25.3	36.7	124.4	4.5	○													○			○		○					○			○	
			XXL	1,044	29.7	44.7	128.7	6.2	○													○			○		○					○			○	
		Pork & Salty Green Onion Bowl	S	448	11.0	17.1	62.7	2.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			M	599	14.2	20.6	90.0	2.5	○													○			○	○	○					○	○		○	
			Pork L	684	16.5	24.9	99.0	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			L	792	18.3	25.7	123.2	3.9	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XL	971	24.6	40.2	127.1	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XXL	1,079	28.3	48.7	130.1	6.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		Grilled Beef Rib & Salty Green Onion Bowl	S	548	17.9	26.2	60.7	2.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			M	722	22.6	31.8	87.6	2.6	○													○			○	○	○					○	○		○	
			BeefL	871	28.5	41.7	96.1	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			L	964	30.0	41.9	118.3	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XL	1,216	41.3	62.6	122.3	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XXL	1,396	49.5	77.6	124.3	6.2	○													○			○	○	○					○	○		○	
		Grilled Beef Rib Bowl	S	568	19.2	25.1	67.0	2.1	○													○			○							○	○		○	
			M	743	24.0	30.3	94.7	2.4	○													○			○							○	○		○	
			BeefL	893	30.1	40.0	103.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
			L	987	31.6	40.2	126.1	2.9	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,226	43.0	59.7	129.6	3.8	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,392	50.9	74.2	129.6	4.0	○													○			○							○	○		○	
		Beef Bulgogi Bowl	S	597	17.0	26.9	70.9	1.7	○													○			○							○	○		○	
			M	801	22.1	34.1	100.8	2.3	○													○			○							○	○		○	
			BeefL	927	25.9	41.1	112.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
			L	1,020	27.4	41.3	134.2	2.8	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,341	39.2	66.8	141.9	3.9	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,530	45.9	80.7	149.5	4.9	○													○			○							○	○		○	
		Oyakodon	M	695	29.5	19.3	101.7	4.4	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
			L	922	40.1	27.0	131.3	4.6	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
		Fried Chicken Oyakodon	M	1,159	45.9	54.7	118.3	5.6	○	○	○													○	○	○	○									
			L	1,481	56.5	69.3	155.0	6.2	○	○	○													○	○	○	○									
		XXL Stamina Bowl (include Mayonnaise style Dressing)		1,915	66.3	98.5	193.5	6.4	○		○											○			○	○	○					○	○		○	
		Broiled Eel and Rice Box	1 Piece	750	34.5	26.0	99.9	2.9	○																○											
			2 Piece	1,092	62.1	51.2	103.6	4.4	○																○											
	Plates	Beef Plate	M	281	13.5	22.9	5.2	1.8	○													○			○							○			○	
			L	344	16.6	28.0	6.5	2.3	○													○			○							○			○	
			XL	532	25.6	43.3	9.9	3.5	○													○			○							○			○	
		Beef Plate Family Pack	For 3people	843	40.6	68.7	15.6	5.5	○													○			○							○			○	
			For 4people	1,124	54.1	91.6	20.8	7.3	○													○			○							○			○	
		Pork Plate	M	232	8.9	17.9	6.5	2.3	○													○			○		○					○			○	
			L	288	11.1	21.9	8.7	3.1	○													○			○		○					○			○	
			XL	465	17.8	35.8	13.1	4.5	○													○			○		○					○			○	
		Grilled Beef Rib Plate		519	24.1	39.3	14.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
		Pork & Salty Green Onion Plate		310	10.5	24.2	9.9	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
		Grilled Beef Rib & Salty Green Onion Plate		496	22.5	41.0	7.0	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		Beef Bulgogi Plate		552	19.9	40.4	23.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
		Eel plate	1 Piece	369	28.3	25.3	9.4	2.6	○																○											
			2 Piece	711	55.9	50.5	13.2	4.2	○																○											
			3 Piece	1,053	83.5	75.7	16.9	5.7	○																○											
	Meals	Beef & Salmon Meal		685	31.8	25.0	88.0	4.0	○					▲	▲							○	○		○							○			○	
		Beef & Grilled Mackerel Meal		738	26.6	28.5	88.0	3.8	○					▲	▲							○		○	○							○			○	
		Grilled Beef Rib Meal		898	31.5	40.7	102.3	4.2	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		Pork & Salty Onion Plate Meal		689	17.9	25.5	97.6	4.4	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		Grilled Beef Rib & Salty Green Onion Meal		876	29.9	42.4	94.5	4.5	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		Beef Bulgogi Meal		942	27.6	41.8	112.2	5.0	○					○	○			○				○			○							○	○		○	
		Beef Plate Meal	M	719	26.4	29.3	89.5	3.3	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			L	783	29.5	34.4	90.7	3.8	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			XL	970	38.5	49.6	94.2	5.0	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
		Broiled Eel and Rice Box SET with Small Beef	1 Piece	928	43.2	38.5	107.7	6.1	○					▲	▲							○			○							○			○	
			2 Piece	1,270	70.8	63.7	111.4	7.6	○					▲	▲							○			○							○			○	
	Double Meal	Beef Plate & Grilled Beef Rib Meal		1,163	44.4	63.5	104.1	6.0	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		Beef Plate + Pork & Salty Green Onion Meal		955	30.8	48.3	99.3	6.2	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		Beef Plate + Grilled Beef Rib & Salty Green Onion Meal		1,141	42.8	65.2	96.4	6.3	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		Beef Plate & Fried Chicken Meal		1,244	46.7	67.4	112.2	5.3	○	○	○			▲	▲							○			○	○						○			○	
		BFPlate & BFBulgogi Meal		1,191	39.8	64.5	111.3	5.4	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
	Morning Meals	Natto Meal		544	21.3	11.1	92.0	2.1	○		○			▲	▲										○											
		Grilled Salmon Meal		501	23.3	9.8	84.8	2.7	○					▲	▲								○		○											
		Special Morning Meal(Grilled Salmon)		676	37.2	19.6	92.1	3.4	○		○			▲	▲								○		○											
		Salt-Grilled Mackerel Meal		554	18.1	13.2	84.8	2.5	○					▲	▲									○	○											
		Special Morning Meal(Salt-Grilled Mackerel)		729	32.0	23.1	92.0	3.2	○		○			▲	▲									○	○											
		Beef Breakfast	Raw Egg	※Not include Beef Bowl	95	7.4	5.7	2.7	1.5			○			▲	▲										○											
			Soft-Boiled Egg		95	7.4	5.7	2.7	1.5			○			▲	▲										○											
			Pickles		36	1.9	1.0	5.0	2.2	○					▲	▲										○											
			Mini-salad		35	1.9	0.7	6.0	1.4						▲	▲										○											
			Natto		120	9.0	5.2	9.6	1.9	○					▲	▲										○											
		3Dishes+MisoSoup Morning Meals	Natto & Beef (Small)		620	22.0	17.5	97.5	2.9	○					▲	▲							○			○							○			○	
			Grilled Salmon + Beef		653	30.1	21.3	90.5	3.7	○					▲	▲							○	○		○							○			○	
			Salt-Grilled Mackerel+ Beef		706	24.9	24.8	90.4	3.5	○					▲	▲							○		○	○							○			○	
			Ham & Egg + Natto		589	24.4	13.1	96.1	2.7	○	○	○			▲	▲										○		○									
			Ham & Egg + Beef		630	23.4	19.9	91.8	3.2	○	○	○			▲	▲							○			○		○					○			○	
			Double Ham & Egg + Natto		690	33.6	19.2	97.5	3.5	○	○	○			▲	▲										○		○									
			Double Ham & Egg + Beef		732	32.7	26.0	93.2	3.9	○	○	○			▲	▲							○			○		○					○			○	

2025年4月14日現在

NUTRITION ・ALLERGEN LIST

Menu				NUTRITION (per serving)					ALLERGEN																									
									Labelling is mandatory								Labelling is recommended																	
				calorie (kcal)	protein (g)	fat (g)	carbohydrate (g)	salt equivalent (g)	Wheat	Milk	Egg	Peanut	Buckwheat	Shrimp	Crab	Walnut	Abalone	Squid	Salmon Roe	Orange	Kiwifruit	Beef	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Pork	Matsutake	Banana	Peach	Yam	Apple	Sesame	Cashew Nut	Gelatin	Almond
Common menu	Fried Chicken	Bowl	Fried Chicken Bowl	M	943	31.9	44.0	104.5	2.2	○	○	○													○	○										
				Chicken L	1,172	41.0	58.5	119.1	2.9	○	○	○													○	○										
				L	1,264	42.3	58.6	140.9	2.7	○	○	○													○	○										
				XL	1,461	50.9	73.1	148.0	3.3	○	○	○													○	○										
			Fried Chicken & Beef Bowl	M	886	29.9	41.0	99.9	2.3	○	○	○										○			○	○						○			○	
				Chicken L	1,114	39.0	55.5	114.3	3.0	○	○	○										○			○	○						○			○	
				L	1,208	40.5	55.7	136.6	3.0	○	○	○										○			○	○						○			○	
				XL	1,405	49.1	70.1	143.6	3.7	○	○	○										○			○	○						○			○	
			Fried Chicken with Tartar Sauce Bowl	M	1,230	34.3	69.5	116.3	4.4	○	○	○													○	○							○			
				Chicken L	1,458	43.4	84.0	130.7	5.1	○	○	○													○	○							○			
				L	1,550	44.7	84.2	152.6	4.9	○	○	○													○	○							○			
				XL	1,746	53.3	98.6	159.5	5.5	○	○	○													○	○							○			
			Fried Chicken & Salty Green Onion Bowl	M	986	32.7	46.0	110.2	4.1	○	○	○													○	○	○					○	○			
				Chicken L	1,214	41.9	60.4	124.6	4.7	○	○	○													○	○	○					○	○			
				L	1,308	43.4	60.6	146.7	4.7	○	○	○													○	○	○					○	○			
				XL	1,505	52.0	75.0	153.7	5.4	○	○	○													○	○	○					○	○			
			Yangnyeom Korean Fried Chicken Bowl	M	1,013	32.9	44.6	119.7	3.3	○	○	○													○	○							○			
				Chicken L	1,241	42.1	59.1	134.1	4.0	○	○	○													○	○							○			
				L	1,339	43.8	59.7	155.8	3.5	○	○	○													○	○							○			
				XL	1,537	52.5	74.2	162.7	4.1	○	○	○													○	○							○			
			XXL XtraGarlicFridChknBwl		2,123	72.4	101.1	228.9	8.5	○	○	○													○	○	○						○			
		Meals	Fried Chicken Meal	M	1,168	42.2	59.0	115.9	4.2	○	○	○			▲	▲									○	○										
				L	1,366	50.8	73.4	123.0	5.0	○	○	○			▲	▲									○	○										
				XL	1,563	59.5	87.8	130.1	5.7	○	○	○			▲	▲									○	○										
			Fried Chicken & Pickles Meal		953	34.1	41.3	111.2	4.4	○	○	○			▲	▲									○	○										
			Fried Chicken with Tartar Sauce Meal	M	1,454	44.6	84.6	127.5	6.4	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				L	1,651	53.2	99.0	134.6	7.1	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				XL	1,849	61.9	113.4	141.6	7.9	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
			Fried Chicken & Salty Green Onion Meal	M	1,210	43.0	61.0	121.4	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
				L	1,407	51.6	75.4	128.4	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
				XL	1,604	60.2	89.8	135.4	7.4	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
			Yangnyeom Korean Fried Chicken Bowl	M	1,238	43.2	59.6	131.0	5.3	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				L	1,435	51.9	74.0	138.0	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				XL	1,633	60.6	88.5	145.0	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
		Single item	Fried Chicken		197	8.7	14.4	7.0	0.7	○	○	○													○	○										
			Tartar Sauce		251	1.8	25.9	2.7	0.8	○		○													○											
			Yangnyeom Korean Sauce		64	0.9	0.1	15.0	1.1																										
	Curry		Black Curry	Regular	480	8.2	6.4	100.5	2.9	○	○										○				○	○	○					○	○			
				Large Rice (Bigger)	605	10.2	6.7	130.2	2.9	○	○										○				○	○	○					○	○			
			Beef Black Curry	Regular	622	15.0	17.9	103.3	3.9	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
				Large Rice (Bigger)	746	17.0	18.1	133.0	3.9	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
			Extra Beef Black Curry	Regular	761	21.7	29.3	105.7	4.7	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
				Large Rice (Bigger)	886	23.7	29.6	135.4	4.7	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
			Grilled Beef Rib Black Curry	Regular	789	22.7	30.5	107.4	4.4	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
				Large Rice (Bigger)	914	24.7	30.8	137.1	4.4	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
			Grilled Beef Rib & Beef Black Curry	Regular	930	29.5	42.0	110.2	5.4	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
				Large Rice (Bigger)	1,055	31.5	42.2	139.9	5.4	○	○										○		○		○	○	○					○	○		○	
			Fried Chicken Black Curry	Regular	874	25.4	35.2	114.5	4.2	○	○	○									○				○	○	○					○	○			
				Large Rice (Bigger)	998	27.4	35.5	144.2	4.2	○	○	○									○				○	○	○					○	○			
			Beef Roka Curry	Regular	618	14.9	16.6	106.9	3.3	○													○		○	○	○					○			○	
				Large Rice (Bigger)	743	16.9	16.9	136.6	3.3	○													○		○	○	○					○			○	
			Beef Roka Curry Extra Beef	Regular	757	21.5	28.1	109.3	4.2	○													○		○	○	○					○			○	
				Large Rice (Bigger)	882	23.5	28.3	139.0	4.2	○													○		○	○	○					○			○	
	Children's Set		Mini Beef bowl		352	9.0	14.0	49.5	1.5	○													○			○						○			○	
			Mini Curry		271	5.0	2.0	59.9	1.1														○			○	○	○		○			○				
			Sausage		86	3.2	6.1	4.4	0.6	○	○	○											○			○	○	○									
			Tomato Ketchup		11	0.1	0.1	2.5	0.2																											
			Furikake		11	0.6	0.5	1.0	0.2	○	○	○												○	○	○	○						○			
			Apple Juice		58	0.1	0.0	14.4	0.0																							○				
			Jelly		11	0.0	0.0	3.0	0.0																							○				
	Salad		cheese beef salad		495	33.6	36.1	9.1	1.8	○	○	○											○			○	○						○			○	
			kimchi beef salad		419	27.1	28.5	13.6	2.2	○		○			○	○			○				○			○	○						○	○		○	
			Salad		16	0.7	0.1	3.1	0.0																											
			Potato Salad		88	1.7	4.8	9.7	0.5			○														○											
	Side Dishes		Rice	Regular	343	5.5	0.7	81.6	0.0																											
				Large Rice (Bigger)	468	7.5	0.9	111.3	0.0																											
			Miso Soup		20	1.3	0.6	2.5	1.3						▲	▲									○											
			Asari Clam Soup		53	7.3	1.2	2.8	1.5							▲									○											
			Shijimi Clam Soup		41	4.3	1.1	3.3	1.3																○											
			Pork Miso Soup		143	5.0	7.7	13.8	3.3		○														○		○									
			Raw Egg		76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																								
			Soft-Boiled Egg		76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																								
			Green Onions & Raw Egg		103	7.0	5.5	5.8	1.1	○		○													○								○			
			Chili-Scallion Oil		110	1.5	8.5	7.2	0.3	○															○								○			
			Cheese		103	7.4	7.9	0.6	0.5		○																									
			Nori (laver)		5	0.6	0.1	0.6	0.1	○															○											
			Natto(include Sauce & Mustard & Onion)		99	7.8	4.7	7.1	0.6	○															○											
			Grilled Salmon		133	13.9	8.5	0.1	1.3														○													
			Salt-Grilled Mackerel		185	10.7	12.0	0.0	1.1															○												
			Beef (Small Bowl)		142	6.8	11.5	2.8	1.0	○												○			○							○			○	
			Extra Onion		48	1.7	0.7	8.6	1.2	○												○			○							○			○	
			Salty Green Onion Sauce		40	1.5	1.5	5.4	2.6	○															○	○	○					○	○			
			Pickles	1 Dish	13	0.7	0.1	2.6	1.1	○																										
			Kimchi	1 Dish	26	0.9	0.2	5.1	0.9						○	○			○													○	○			
			Red Ginger	5 g	1	0.0	0.0	0.2	0.3																											
	Condiments		Sesame dressing	1 Pack	49	0.3	4.5	1.7	0.6	○		○													○								○			
			Japanese style dressing		6	0.3	0.0	1.2	0.8	○															○											
			Mayonnaise style dressing		27	0.1	2.6	0.6	0.3			○													○											
			Worcestershire sauce	10 g	11	0.1	0.0	2.7	0.8																○							○				
			Soy sauce		8	0.7	0.0	1.3	1.3	○															○											
			Japanese pepper	1 Pack	1	0.0	0.0	0.2	0.0																											
			Japanese mixed spice(to go)	1 Pack	1	0.0	0.0	0.1	0.0																								○			
			Red Ginger(to go)		1	0.0	0.0	0.2	0.4																											

2025年4月14日現在

NUTRITION ・ALLERGEN LIST

		Menu		NUTRITION (per serving)					ALLERGEN																										
									Labelling is mandatory								Labelling is recommended																		
				calorie (kcal)	protein (g)	fat (g)	carbohydrate (g)	salt equivalent (g)	Wheat	Milk	Egg	Peanut	Buckwheat	Shrimp	Crab	Walnut	Abalone	Squid	Salmon Roe	Orange	Kiwifruit	Beef	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Pork	Matsutake	Banana	Peach	Yam	Apple	Sesame	Cashew Nut	Gelatin	Almond
C&C limited menu		Pork ginger rice bowl	M	768	29.6	26.9	101.4	4.3	○																○		○					○			○	
			L	996	37.4	33.2	136.8	4.8	○																○		○					○			○	
		Beef Bowl ON Vegetables	S	583	19.0	23.0	78.5	2.7	○													○			○							○	○		○	
			M	732	23.1	24.8	104.1	3.1	○													○			○							○	○		○	
			Beef L	835	26.6	32.2	114.2	3.5	○													○			○							○	○		○	
			L	933	28.4	32.4	137.2	3.9	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,116	37.2	47.7	139.9	4.8	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,268	44.4	60.4	142.2	5.5	○													○			○							○	○		○	
		Ginger pork roast Meal	M	806	31.6	27.6	108.0	5.6	○					▲	▲										○		○					○			○	
			L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○					▲	▲										○		○					○			○	
		Ginger pork roast Plate	M	429	23.9	26.2	20.8	4.4	○																○		○					○			○	
			L	518	29.5	32.3	23.0	4.9	○																○		○					○			○	
		Beef & pork loin set		1,072	44.3	50.4	109.7	7.4	○					▲	▲							○			○		○					○			○	
		ON Vegetables		73	2.1	3.3	9.7	0.8	○																○								○			
Regional limited menu	Regional limited	Beef barley and torodon	M	585	18.2	16.5	96.1	1.9	○													○			○						○	○			○	
			L	782	24.4	24.5	122.9	2.4	○													○			○						○	○			○	
		Beef Plate Barley Toro Gozen	M	703	24.2	24.8	101.1	4.2	○					▲	▲							○			○						○	○			○	
			L	984	37.7	47.7	106.3	6.0	○					▲	▲							○			○						○	○			○	
		Grated Yam		86	3.6	0.4	18.1	1.0																	○						○					
		Butter Chicken Curry	Regular	707	26.3	22.0	103.8	3.6	○	○															○	○										
			Large Rice (Bigger)	832	28.3	22.2	133.4	3.6	○	○															○	○										
		Niko Kara 2pc Fried Chicken Bowl		652	22.2	29.4	74.4	2.7	○	○	○											○			○	○						○				
	Okinawa limited	Okinawa soba		315	11.2	13.1	36.3	4.1	○																○		○									
		Taco rice (salsa sauce)		678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○												○			○		○					○				
		Taco rice (tomato sauce)		681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○												○			○		○									
		Beef & Taco rice (salsa sauce)		861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○												○			○		○					○			○	
		Beef & Taco rice (tomato sauce)		865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○												○			○		○					○			○	
		Extra-Spisy sauce	1pack	1	0.0	0.0	0.1	0.2																												

2025年4月14日現在

营养成分・过敏原　列表

菜单				营养成分（每餐） 能量 (kcal)	蛋白质量 (g)	脂肪量 (g)	碳水化合物量 (g)	食盐相当量 (g)	过敏原 义务标示 小麦	牛奶	鸡蛋	花生	荞麦面	虾	螃蟹	核桃	建议标示 鲍鱼	鱿鱼	鲑鱼卵	橙子	猕猴桃	牛肉	三文鱼	青花鱼	大豆	鸡肉	猪肉	松蘑	香蕉	桃子	山药	苹果	芝麻	腰果	明胶	杏仁
常用菜单	盖饭	牛肉饭	S	474	15.4	19.6	60.9	1.9	○													○			○							○			○	
			M	633	19.6	23.6	88.2	2.5	○													○			○							○			○	
			Beef L	725	23.0	28.8	96.6	2.8	○													○			○							○			○	
			L	823	24.8	29.0	119.5	3.1	○													○			○							○			○	
			XL	1,006	33.5	44.2	122.3	4.0	○													○			○							○			○	
			XXL	1,159	40.8	56.9	124.6	4.7	○													○			○							○			○	
		猪肉饭	S	423	10.9	15.4	60.1	1.5	○													○			○		○					○			○	
			M	576	14.4	18.6	88.1	2.3	○													○			○		○					○			○	
			Pork L	654	16.6	22.6	96.1	2.4	○													○			○		○					○			○	
			L	756	18.6	22.8	120.0	3.1	○													○			○		○					○			○	
			XL	933	25.3	36.7	124.4	4.5	○													○			○		○					○			○	
			XXL	1,044	29.7	44.7	128.7	6.2	○													○			○		○					○			○	
		盐味青葱猪肉碗	S	448	11.0	17.1	62.7	2.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			M	599	14.2	20.6	90.0	2.5	○													○			○	○	○					○	○		○	
			Pork L	684	16.5	24.9	99.0	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			L	792	18.3	25.7	123.2	3.9	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XL	971	24.6	40.2	127.1	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XXL	1,079	28.3	48.7	130.1	6.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		盐味青葱烤五花牛肉盖浇饭	S	548	17.9	26.2	60.7	2.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			M	722	22.6	31.8	87.6	2.6	○													○			○	○	○					○	○		○	
			BeefL	871	28.5	41.7	96.1	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			L	964	30.0	41.9	118.3	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XL	1,216	41.3	62.6	122.3	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XXL	1,396	49.5	77.6	124.3	6.2	○													○			○	○	○					○	○		○	
		烤五花牛肉饭	S	568	19.2	25.1	67.0	2.1	○													○			○							○	○		○	
			M	743	24.0	30.3	94.7	2.4	○													○			○							○	○		○	
			BeefL	893	30.1	40.0	103.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
			L	987	31.6	40.2	126.1	2.9	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,226	43.0	59.7	129.6	3.8	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,392	50.9	74.2	129.6	4.0	○													○			○							○	○		○	
		韩式烤牛肉饭	S	597	17.0	26.9	70.9	1.7	○													○			○							○	○		○	
			M	801	22.1	34.1	100.8	2.3	○													○			○							○	○		○	
			BeefL	927	25.9	41.1	112.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
			L	1,020	27.4	41.3	134.2	2.8	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,341	39.2	66.8	141.9	3.9	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,530	45.9	80.7	149.5	4.9	○													○			○							○	○		○	
		亲子丼	M	695	29.5	19.3	101.7	4.4	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
			L	922	40.1	27.0	131.3	4.6	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
		炸鸡块亲子丼	M	1,159	45.9	54.7	118.3	5.6	○	○	○													○	○	○	○									
			L	1,481	56.5	69.3	155.0	6.2	○	○	○													○	○	○	○									
		XXL元气盖浇饭（包括蛋黄酱酱）		1,915	66.3	98.5	193.5	6.4	○		○											○			○	○	○					○	○		○	
		烤鳗鱼饭	一条	750	34.5	26.0	99.9	2.9	○																○											
			二条	1,092	62.1	51.2	103.6	4.4	○																○											
	主菜	牛肉碟	M	281	13.5	22.9	5.2	1.8	○													○			○							○			○	
			L	344	16.6	28.0	6.5	2.3	○													○			○							○			○	
			XL	532	25.6	43.3	9.9	3.5	○													○			○							○			○	
		牛肉碟家庭套餐	3人份	843	40.6	68.7	15.6	5.5	○													○			○							○			○	
			4人份	1,124	54.1	91.6	20.8	7.3	○													○			○							○			○	
		猪肉碟	M	232	8.9	17.9	6.5	2.3	○													○			○		○					○			○	
			L	288	11.1	21.9	8.7	3.1	○													○			○		○					○			○	
			XL	465	17.8	35.8	13.1	4.5	○													○			○		○					○			○	
		烤五花牛肉碟		519	24.1	39.3	14.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
		盐味青葱猪肉碟		310	10.5	24.2	9.9	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
		盐味青葱烤五花牛肉碟		496	22.5	41.0	7.0	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		韩式烤牛肉碟		552	19.9	40.4	23.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
		烤鳗鱼碟	一条	369	28.3	25.3	9.4	2.6	○																○											
			二条	711	55.9	50.5	13.2	4.2	○																○											
			三条	1,053	83.5	75.7	16.9	5.7	○																○											
	套餐	牛肉鲑鱼套餐		685	31.8	25.0	88.0	4.0	○					▲	▲							○	○		○							○			○	
		牛肉鲭鱼套餐		738	26.6	28.5	88.0	3.8	○					▲	▲							○		○	○							○			○	
		烤五花牛肉套餐		898	31.5	40.7	102.3	4.2	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		盐味青葱猪肉套餐		689	17.9	25.5	97.6	4.4	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		盐味青葱烤五花牛肉套餐		876	29.9	42.4	94.5	4.5	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		韩式烤牛肉定食		942	27.6	41.8	112.2	5.0	○					○	○			○				○			○							○	○		○	
		牛肉碟套餐	M	719	26.4	29.3	89.5	3.3	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			L	783	29.5	34.4	90.7	3.8	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			XL	970	38.5	49.6	94.2	5.0	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
		鳗鱼饭小碟牛肉套餐	一条	928	43.2	38.5	107.7	6.1	○					▲	▲							○			○							○			○	
			二条	1,270	70.8	63.7	111.4	7.6	○					▲	▲							○			○							○			○	
	双套餐	牛肉碟・烤五花牛肉套餐		1,163	44.4	63.5	104.1	6.0	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		牛肉碟・盐味青葱猪肉套餐		955	30.8	48.3	99.3	6.2	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		牛肉碟・盐味青葱烤五花牛肉套餐		1,141	42.8	65.2	96.4	6.3	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		牛肉碟・炸鸡块套餐		1,244	46.7	67.4	112.2	5.3	○	○	○			▲	▲							○			○	○						○			○	
		牛肉碟・韩式烤牛肉定食		1,191	39.8	64.5	111.3	5.4	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
	早餐套餐	纳豆套餐		544	21.3	11.1	92.0	2.1	○		○			▲	▲										○											
		烤鲑鱼套餐		501	23.3	9.8	84.8	2.7	○					▲	▲								○		○											
		特惠早餐（鲑鱼）		676	37.2	19.6	92.1	3.4	○		○			▲	▲								○		○											
		咸味鲭鱼套餐		554	18.1	13.2	84.8	2.5	○					▲	▲									○	○											
		特惠早餐（鲭鱼）		729	32.0	23.1	92.0	3.2	○		○			▲	▲									○	○											
		牛肉饭早餐套餐	生鸡蛋	※不包括牛肉饭	95	7.4	5.7	2.7	1.5			○			▲	▲										○											
			半熟鸡蛋		95	7.4	5.7	2.7	1.5			○			▲	▲										○											
			日式泡菜		36	1.9	1.0	5.0	2.2	○					▲	▲										○											
			小份沙拉		35	1.9	0.7	6.0	1.4						▲	▲										○											
			纳豆		120	9.0	5.2	9.6	1.9	○					▲	▲										○											
		一汤三菜的早餐	纳豆套餐配小碟牛肉		620	22.0	17.5	97.5	2.9	○					▲	▲						○			○							○			○	
			烤鲑鱼套餐配小碟牛肉		653	30.1	21.3	90.5	3.7	○					▲	▲						○	○		○							○			○	
			咸味鲭鱼套餐配小碟牛肉		706	24.9	24.8	90.4	3.5	○					▲	▲						○		○	○							○			○	
			火腿鸡蛋套餐配纳豆		589	24.4	13.1	96.1	2.7	○	○	○			▲	▲									○		○									
			火腿鸡蛋套餐配小碟牛肉		630	23.4	19.9	91.8	3.2	○	○	○			▲	▲						○			○		○					○			○	
			火腿鸡蛋套餐配纳豆		690	33.6	19.2	97.5	3.5	○	○	○			▲	▲									○		○									
			火腿双蛋套餐配小碟牛肉		732	32.7	26.0	93.2	3.9	○	○	○			▲	▲						○			○		○					○			○	

2025年4月14日現在

营养成分・过敏原　列表

菜单					营养成分（每餐）					过敏原																											
										义务标示								建议标示																			
					能量 (kcal)	蛋白质量 (g)	脂肪量 (g)	碳水化合物量 (g)	食盐相当量 (g)	小麦	牛奶	鸡蛋	花生	荞麦面	虾	螃蟹	核桃	鲍鱼	鱿鱼	鲑鱼卵	橙子	猕猴桃	牛肉	三文鱼	青花鱼	大豆	鸡肉	猪肉	松蘑	香蕉	桃子	山药	苹果	芝麻	腰果	明胶	杏仁
常用菜单	炸鸡块	盖饭	炸鸡块饭	M	943	31.9	44.0	104.5	2.2	○	○	○														○	○										
				Chicken L	1,172	41.0	58.5	119.1	2.9	○	○	○													○	○											
				L	1,264	42.3	58.6	140.9	2.7	○	○	○													○	○											
				XL	1,461	50.9	73.1	148.0	3.3	○	○	○													○	○											
			炸鸡块牛肉饭	M	886	29.9	41.0	99.9	2.3	○	○	○										○			○	○						○			○	
				Chicken L	1,114	39.0	55.5	114.3	3.0	○	○	○										○			○	○						○			○	
				L	1,208	40.5	55.7	136.6	3.0	○	○	○										○			○	○						○			○	
				XL	1,405	49.1	70.1	143.6	3.7	○	○	○										○			○	○						○			○	
			塔塔酱炸鸡块饭	M	1,230	34.3	69.5	116.3	4.4	○	○	○													○	○							○			
				Chicken L	1,458	43.4	84.0	130.7	5.1	○	○	○													○	○							○			
				L	1,550	44.7	84.2	152.6	4.9	○	○	○													○	○							○			
				XL	1,746	53.3	98.6	159.5	5.5	○	○	○													○	○							○			
			盐味青葱炸鸡块饭	M	986	32.7	46.0	110.2	4.1	○	○	○													○	○	○					○	○			
				Chicken L	1,214	41.9	60.4	124.6	4.7	○	○	○													○	○	○					○	○			
				L	1,308	43.4	60.6	146.7	4.7	○	○	○													○	○	○					○	○			
				XL	1,505	52.0	75.0	153.7	5.4	○	○	○													○	○	○					○	○			
			药念酱炸鸡块饭	M	1,013	32.9	44.6	119.7	3.3	○	○	○													○	○							○			
				Chicken L	1,241	42.1	59.1	134.1	4.0	○	○	○													○	○							○			
				L	1,339	43.8	59.7	155.8	3.5	○	○	○													○	○							○			
				XL	1,537	52.5	74.2	162.7	4.1	○	○	○													○	○							○			
			XXL蒜味炸鸡块盖浇饭		2,123	72.4	101.1	228.9	8.5	○	○	○													○	○	○						○			
		套餐	炸鸡块套餐	M	1,168	42.2	59.0	115.9	4.2	○	○	○			▲	▲									○	○										
				L	1,366	50.8	73.4	123.0	5.0	○	○	○			▲	▲									○	○										
				XL	1,563	59.5	87.8	130.1	5.7	○	○	○			▲	▲									○	○										
			炸鸡块・日式泡菜套餐		953	34.1	41.3	111.2	4.4	○	○	○			▲	▲									○	○										
			塔塔酱炸鸡块套餐	M	1,454	44.6	84.6	127.5	6.4	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				L	1,651	53.2	99.0	134.6	7.1	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				XL	1,849	61.9	113.4	141.6	7.9	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
			盐味青葱炸鸡块套餐	M	1,210	43.0	61.0	121.4	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
				L	1,407	51.6	75.4	128.4	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
				XL	1,604	60.2	89.8	135.4	7.4	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
			药念酱炸鸡块套餐	M	1,238	43.2	59.6	131.0	5.3	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				L	1,435	51.9	74.0	138.0	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				XL	1,633	60.6	88.5	145.0	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
		单品	炸鸡块		197	8.7	14.4	7.0	0.7	○	○	○													○	○										
			塔塔酱		251	1.8	25.9	2.7	0.8	○		○													○											
			药念酱		64	0.9	0.1	15.0	1.1																											
	咖喱	黑咖喱饭		M	480	8.2	6.4	100.5	2.9	○	○										○					○	○	○					○	○			
				米饭L（增量）	605	10.2	6.7	130.2	2.9	○	○										○					○	○	○					○	○			
		牛肉黑咖喱饭		M	622	15.0	17.9	103.3	3.9	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
				米饭L（增量）	746	17.0	18.1	133.0	3.9	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
		增肉牛肉黑咖喱饭		M	761	21.7	29.3	105.7	4.7	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
				米饭L（增量）	886	23.7	29.6	135.4	4.7	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
		五花牛肉牛肉黑咖喱饭		M	789	22.7	30.5	107.4	4.4	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
				米饭L（增量）	914	24.7	30.8	137.1	4.4	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
		花样牛肉牛肉黑咖喱饭		M	930	29.5	42.0	110.2	5.4	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
				米饭L（增量）	1,055	31.5	42.2	139.9	5.4	○	○										○		○			○	○	○					○	○		○	
		炸鸡黑咖喱饭		M	874	25.4	35.2	114.5	4.2	○	○	○									○					○	○	○					○	○			
				米饭L（增量）	998	27.4	35.5	144.2	4.2	○	○	○									○					○	○	○					○	○			
		牛肉鲁珈咖喱		M	618	14.9	16.6	106.9	3.3	○													○			○	○	○					○			○	
				米饭L（增量）	743	16.9	16.9	136.6	3.3	○													○			○	○	○					○			○	
		增量牛肉鲁珈咖喱		M	757	21.5	28.1	109.3	4.2	○													○			○	○	○					○			○	
				米饭L（增量）	882	23.5	28.3	139.0	4.2	○													○			○	○	○					○			○	
	儿童套餐	小份牛肉饭			352	9.0	14.0	49.5	1.5	○													○			○							○			○	
		小份咖喱饭			271	5.0	2.0	59.9	1.1														○			○	○	○		○			○				
		香肠			86	3.2	6.1	4.4	0.6	○	○	○											○			○	○	○									
		番茄酱			11	0.1	0.1	2.5	0.2																											
		拌饭料			11	0.6	0.5	1.0	0.2	○	○	○													○	○	○							○			
		苹果汁			58	0.1	0.0	14.4	0.0																							○				
		小果冻			11	0.0	0.0	3.0	0.0																							○				
	沙拉	奶酪牛肉沙拉 ※不包括沙拉酱			495	33.6	36.1	9.1	1.8	○	○	○											○			○	○						○			○	
		泡菜牛肉沙拉 ※不包括沙拉酱			419	27.1	28.5	13.6	2.2	○		○			○	○			○				○			○	○						○	○		○	
		鲜蔬沙拉			16	0.7	0.1	3.1	0.0																											
		土豆沙拉			88	1.7	4.8	9.7	0.5			○														○										
	配餐	米饭		M	343	5.5	0.7	81.6	0.0																											
				米饭L（增量）	468	7.5	0.9	111.3	0.0																											
		味噌汤			20	1.3	0.6	2.5	1.3						▲	▲									○											
		蛤蜊汤			53	7.3	1.2	2.8	1.5							▲									○											
		蚬贝汤			41	4.3	1.1	3.3	1.3																○											
		猪肉什锦汤			143	5.0	7.7	13.8	3.3		○														○		○									
		生鸡蛋			76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																								
		半熟鸡蛋			76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																								
		葱花生鸡蛋			103	7.0	5.5	5.8	1.1	○		○													○								○			
		葱辣椒油			110	1.5	8.5	7.2	0.3	○															○								○			
		4种奶酪			103	7.4	7.9	0.6	0.5		○																									
		紫菜			5	0.6	0.1	0.6	0.1	○															○											
		纳豆(包括 酱・芥末・葱)			99	7.8	4.7	7.1	0.6	○															○											
		鲑鱼			133	13.9	8.5	0.1	1.3															○												
		咸味鲭鱼			185	10.7	12.0	0.0	1.1																○											
		牛肉增量			142	6.8	11.5	2.8	1.0	○													○			○							○			○	
		煮洋葱增量			48	1.7	0.7	8.6	1.2	○													○			○							○			○	
		盐味青葱酱			40	1.5	1.5	5.4	2.6	○																○	○	○					○	○			
		日式泡菜		1碟	13	0.7	0.1	2.6	1.1	○																										
		韩式泡菜		1碟	26	0.9	0.2	5.1	0.9						○	○			○													○	○			
		红姜		5g	1	0.0	0.0	0.2	0.3																											
	调味品	芝麻沙拉酱		1包	49	0.3	4.5	1.7	0.6	○		○													○								○			
		和風沙拉酱			6	0.3	0.0	1.2	0.8	○															○											
		蛋黄酱型酱			27	0.1	2.6	0.6	0.3			○													○											
		伍斯特郡酱		10g	11	0.1	0.0	2.7	0.8																○							○				
		酱油			8	0.7	0.0	1.3	1.3	○															○											
		日本花椒		1包	1	0.0	0.0	0.2	0.0																											
		七味粉（带走）		1包	1	0.0	0.0	0.1	0.0																								○			
		生姜（带走）			1	0.0	0.0	0.2	0.4																											

营养成分・过敏原　列表

	菜单		营养成分（每餐） 能量 (kcal)	蛋白质量 (g)	脂肪量 (g)	碳水化合物量 (g)	食盐相当量 (g)	过敏原 义务标示 小麦	牛奶	鸡蛋	花生	荞麦面	虾	螃蟹	核桃	建议标示 鲍鱼	鱿鱼	鲑鱼卵	橙子	猕猴桃	牛肉	三文鱼	青花鱼	大豆	鸡肉	猪肉	松蘑	香蕉	桃子	山药	苹果	芝麻	腰果	明胶	杏仁
C&C 限定菜单		猪肉姜烤碗	M	768	29.6	26.9	101.4	4.3	○															○		○					○			○	
			L	996	37.4	33.2	136.8	4.8	○															○		○					○			○	
		ON蔬菜牛肉碗	S	583	19.0	23.0	78.5	2.7	○												○			○							○	○		○	
			M	732	23.1	24.8	104.1	3.1	○												○			○							○	○		○	
			Beef L	835	26.6	32.2	114.2	3.5	○												○			○							○	○		○	
			L	933	28.4	32.4	137.2	3.9	○												○			○							○	○		○	
			XL	1,116	37.2	47.7	139.9	4.8	○												○			○							○	○		○	
			XXL	1,268	44.4	60.4	142.2	5.5	○												○			○							○	○		○	
		姜烧猪肩肉套餐	M	806	31.6	27.6	108.0	5.6	○					▲	▲									○		○					○			○	
			L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○					▲	▲									○		○					○			○	
		姜烧猪肩肉碟	M	429	23.9	26.2	20.8	4.4	○															○		○					○			○	
			L	518	29.5	32.3	23.0	4.9	○															○		○					○			○	
		牛肉盘 猪里脊烤套餐		1,072	44.3	50.4	109.7	7.4	○					▲	▲						○			○		○					○			○	
		ON蔬菜		73	2.1	3.3	9.7	0.8	○															○								○			
区域限定菜单	区域限定菜单	牛肉大麦和 torodon	M	585	18.2	16.5	96.1	1.9	○												○			○						○	○			○	
			L	782	24.4	24.5	122.9	2.4	○												○			○						○	○			○	
		牛肉拼盘大麦Toro Gozen	M	703	24.2	24.8	101.1	4.2	○					▲	▲						○			○						○	○			○	
			L	984	37.7	47.7	106.3	6.0	○					▲	▲						○			○						○	○			○	
		磨碎的山药		86	3.6	0.4	18.1	1.0																○						○					
		黄油鸡肉咖喱饭	M	707	26.3	22.0	103.8	3.6	○	○														○	○										
			米饭L（增量）	832	28.3	22.2	133.4	3.6	○	○														○	○										
		2块炸鸡盖浇饭		652	22.2	29.4	74.4	2.7	○	○	○										○			○	○						○				
	冲绳限定菜单	冲绳荞麦面		315	11.2	13.1	36.3	4.1	○															○		○									
		塔可饭（莎莎酱）		678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○											○			○		○					○				
		塔可饭（番茄酱）		681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○											○			○		○									
		牛肉塔可饭（莎莎酱）		861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○											○			○		○					○			○	
		牛肉塔可饭（番茄酱）		865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○											○			○		○					○			○	
		超级辣酱		1	0.0	0.0	0.1	0.2																											

2025年4月14日現在

영양 성분·알레르기 유발물질 일람

메뉴			영양 성분 (한 끼)					알레르기 유발물질																										
								의무표시								권장표시																		
			열량 (kcal)	단백질 (g)	지방 (g)	탄수화물 (g)	식염상당량 (g)	밀	우유	계란	땅콩	메밀	새우	게	호두	전복	오징어	연어알	오렌지	키위	소고기	연어	고등어	콩팥	닭고기	돼지고기	송이	바나나	복숭아	참마	사과	깨	캐슈너트	젤라틴	아몬드
공통 메뉴	덮밥	쇠고기덮밥	S	474	15.4	19.6	60.9	1.9	○													○			○							○			○	
			M	633	19.6	23.6	88.2	2.5	○													○			○							○			○	
			Beef L	725	23.0	28.8	96.6	2.8	○													○			○							○			○	
			L	823	24.8	29.0	119.5	3.1	○													○			○							○			○	
			XL	1,006	33.5	44.2	122.3	4.0	○													○			○							○			○	
			XXL	1,159	40.8	56.9	124.6	4.7	○													○			○							○			○	
		돼지고기 덮밥	S	423	10.9	15.4	60.1	1.5	○													○			○		○					○			○	
			M	576	14.4	18.6	88.1	2.3	○													○			○		○					○			○	
			Pork L	654	16.6	22.6	96.1	2.4	○													○			○		○					○			○	
			L	756	18.6	22.8	120.0	3.1	○													○			○		○					○			○	
			XL	933	25.3	36.7	124.4	4.5	○													○			○		○					○			○	
			XXL	1,044	29.7	44.7	128.7	6.2	○													○			○		○					○			○	
		파소금돼지고기 덮밥	S	448	11.0	17.1	62.7	2.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			M	599	14.2	20.6	90.0	2.5	○													○			○	○	○					○	○		○	
			Pork L	684	16.5	24.9	99.0	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
			L	792	18.3	25.7	123.2	3.9	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XL	971	24.6	40.2	127.1	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XXL	1,079	28.3	48.7	130.1	6.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		파소금 소갈비 덮밥	S	548	17.9	26.2	60.7	2.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			M	722	22.6	31.8	87.6	2.6	○													○			○	○	○					○	○		○	
			BeefL	871	28.5	41.7	96.1	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			L	964	30.0	41.9	118.3	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XL	1,216	41.3	62.6	122.3	5.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
			XXL	1,396	49.5	77.6	124.3	6.2	○													○			○	○	○					○	○		○	
		소갈비덮밥	S	568	19.2	25.1	67.0	2.1	○													○			○							○	○		○	
			M	743	24.0	30.3	94.7	2.4	○													○			○							○	○		○	
			BeefL	893	30.1	40.0	103.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
			L	987	31.6	40.2	126.1	2.9	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,226	43.0	59.7	129.6	3.8	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,392	50.9	74.2	129.6	4.0	○													○			○							○	○		○	
		소불고기 덮밥	S	597	17.0	26.9	70.9	1.7	○													○			○							○	○		○	
			M	801	22.1	34.1	100.8	2.3	○													○			○							○	○		○	
			BeefL	927	25.9	41.1	112.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
			L	1,020	27.4	41.3	134.2	2.8	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,341	39.2	66.8	141.9	3.9	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,530	45.9	80.7	149.5	4.9	○													○			○							○	○		○	
		부모와 자식	M	695	29.5	19.3	101.7	4.4	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
			L	922	40.1	27.0	131.3	4.6	○		○											○		○	○	○	○					○			○	
		가라아게 부모와 자식	M	1,159	45.9	54.7	118.3	5.6	○	○	○													○	○	○	○									
			L	1,481	56.5	69.3	155.0	6.2	○	○	○													○	○	○	○									
		스태미나 XXL 덮밥 (마요네즈드레싱 포함)		1,915	66.3	98.5	193.5	6.4	○		○											○			○	○	○					○	○		○	
		장어덮밥	1장	750	34.5	26.0	99.9	2.9	○																○											
			2장	1,092	62.1	51.2	103.6	4.4	○																○											
	반찬	쇠고기 접시	M	281	13.5	22.9	5.2	1.8	○													○			○							○			○	
			L	344	16.6	28.0	6.5	2.3	○													○			○							○			○	
			XL	532	25.6	43.3	9.9	3.5	○													○			○							○			○	
		쇠고기 접시 가족용 포장	3인분	843	40.6	68.7	15.6	5.5	○													○			○							○			○	
			4인분	1,124	54.1	91.6	20.8	7.3	○													○			○							○			○	
		돼지고기 접시	M	232	8.9	17.9	6.5	2.3	○													○			○		○					○			○	
			L	288	11.1	21.9	8.7	3.1	○													○			○		○					○			○	
			XL	465	17.8	35.8	13.1	4.5	○													○			○		○					○			○	
		소갈비 접시		519	24.1	39.3	14.8	2.9	○													○			○							○	○		○	
		파소금 돼지고기 접시		310	10.5	24.2	9.9	3.0	○													○			○	○	○					○	○		○	
		파소금 소갈비 접시		496	22.5	41.0	7.0	3.1	○													○			○	○	○					○	○		○	
		소불고기 접시		552	19.9	40.4	23.0	2.8	○													○			○							○	○		○	
		장어 접시	1장	369	28.3	25.3	9.4	2.6	○																○											
			2장	711	55.9	50.5	13.2	4.2	○																○											
			3장	1,053	83.5	75.7	16.9	5.7	○																○											
	정식	쇠고기 & 연어구이 정식		685	31.8	25.0	88.0	4.0	○					▲	▲							○	○		○							○			○	
		쇠고기 고등어구이 정식		738	26.6	28.5	88.0	3.8	○					▲	▲							○		○	○							○			○	
		소갈비 정식		898	31.5	40.7	102.3	4.2	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		파소금 돼지고기 정식		689	17.9	25.5	97.6	4.4	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		파소금 소갈비 정식		876	29.9	42.4	94.5	4.5	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		소불고기 정식		942	27.6	41.8	112.2	5.0	○					○	○		○					○			○							○	○		○	
		쇠고기접시 정식	M	719	26.4	29.3	89.5	3.3	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			L	783	29.5	34.4	90.7	3.8	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
			XL	970	38.5	49.6	94.2	5.0	○		○			▲	▲							○			○							○			○	
		장어덮밥과 쇠고기밑반찬 세트	1장	928	43.2	38.5	107.7	6.1	○					▲	▲							○			○							○			○	
			2장	1,270	70.8	63.7	111.4	7.6	○					▲	▲							○			○							○			○	
	더블 정식	쇠고기 접시 ·소갈비 정식		1,163	44.4	63.5	104.1	6.0	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
		쇠고기 접시 ·파소금 돼지고기 정식		955	30.8	48.3	99.3	6.2	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		쇠고기접시·파소금 소갈비 정식		1,141	42.8	65.2	96.4	6.3	○					▲	▲							○			○	○	○					○	○		○	
		쇠고기접시·가라아게 정식		1,244	46.7	67.4	112.2	5.3	○	○	○			▲	▲							○			○	○						○			○	
		소고기 · 소불고기 정식		1,191	39.8	64.5	111.3	5.4	○					▲	▲							○			○							○	○		○	
	아침 정식	낫토 정식		544	21.3	11.1	92.0	2.1	○		○			▲	▲										○											
		연어구이 정식		501	23.3	9.8	84.8	2.7	○					▲	▲								○		○											
		스페셜 아침 정식 (연어)		676	37.2	19.6	92.1	3.4	○		○			▲	▲								○		○											
		고등어구이 정식		554	18.1	13.2	84.8	2.5	○					▲	▲									○	○											
		스페셜 아침 정식 (고등어구이)		729	32.0	23.1	92.0	3.2	○		○			▲	▲									○	○											
		아사규 세트	계란	※쇠고기 덮밥 빼놓다	95	7.4	5.7	2.7	1.5			○			▲	▲										○											
			반숙 계란		95	7.4	5.7	2.7	1.5			○			▲	▲										○											
			야채절임		36	1.9	1.0	5.0	2.2	○					▲	▲										○											
			미니 샐러드		35	1.9	0.7	6.0	1.4						▲	▲										○											
			낫토		120	9.0	5.2	9.6	1.9	○					▲	▲										○											
		1국3찬 아침 정식	낫토 쇠고기 미니 반찬 정식		620	22.0	17.5	97.5	2.9	○					▲	▲						○			○							○			○	
			연어구이 쇠고기 미니 반찬 정식		653	30.1	21.3	90.5	3.7	○					▲	▲						○	○		○							○			○	
			소금사탕 쇠고기 미니 반찬 정식		706	24.9	24.8	90.4	3.5	○					▲	▲						○		○	○							○			○	
			햄에그 낫토 정식		589	24.4	13.1	96.1	2.7	○	○	○			▲	▲									○		○									
			햄에그 쇠고기 미니 반찬 정식		630	23.4	19.9	91.8	3.2	○	○	○			▲	▲						○			○		○					○			○	
			더블 햄에그 낫토 정식		690	33.6	19.2	97.5	3.5	○	○	○			▲	▲									○		○									
			더블 햄에그 쇠고기 미니 반찬 정식		732	32.7	26.0	93.2	3.9	○	○	○			▲	▲						○			○		○					○			○	

2025年4月14日現在

영양 성분・알레르기 유발물질 일람

메뉴				영양 성분 (한 끼)					알레르기 유발물질																											
									의무표시								권장표시																			
				열량 (kcal)	단백질 (g)	지방 (g)	탄수화물 (g)	식염상당량 (g)	밀	우유	계란	땅콩	메밀	새우	게	호두	전복	오징어	연어알	오렌지	키위	소고기	연어	고등어	콩팥	닭고기	돼지고기	송이	바나나	복숭아	참마	사과	깨	캐슈너트	젤라틴	아몬드
공통 메뉴	가라아게	덮밥	가라아게 덮밥	M	943	31.9	44.0	104.5	2.2	○	○	○													○	○										
				Chicken L	1,172	41.0	58.5	119.1	2.9	○	○	○													○	○										
				L	1,264	42.3	58.6	140.9	2.7	○	○	○													○	○										
				XL	1,461	50.9	73.1	148.0	3.3	○	○	○													○	○										
			가라규	M	886	29.9	41.0	99.9	2.3	○	○	○										○			○	○						○			○	
				Chicken L	1,114	39.0	55.5	114.3	3.0	○	○	○										○			○	○						○			○	
				L	1,208	40.5	55.7	136.6	3.0	○	○	○										○			○	○						○			○	
				XL	1,405	49.1	70.1	143.6	3.7	○	○	○										○			○	○						○			○	
			타르타르 남만 가라아게 덮밥	M	1,230	34.3	69.5	116.3	4.4	○	○	○													○	○							○			
				Chicken L	1,458	43.4	84.0	130.7	5.1	○	○	○													○	○							○			
				L	1,550	44.7	84.2	152.6	4.9	○	○	○													○	○							○			
				XL	1,746	53.3	98.6	159.5	5.5	○	○	○													○	○							○			
			파소금 가라아게 덮밥	M	986	32.7	46.0	110.2	4.1	○	○	○													○	○	○					○	○			
				Chicken L	1,214	41.9	60.4	124.6	4.7	○	○	○													○	○	○					○	○			
				L	1,308	43.4	60.6	146.7	4.7	○	○	○													○	○	○					○	○			
				XL	1,505	52.0	75.0	153.7	5.4	○	○	○													○	○	○					○	○			
			양념 가라아게 덮밥	M	1,013	32.9	44.6	119.7	3.3	○	○	○													○	○							○			
				Chicken L	1,241	42.1	59.1	134.1	4.0	○	○	○													○	○							○			
				L	1,339	43.8	59.7	155.8	3.5	○	○	○													○	○							○			
				XL	1,537	52.5	74.2	162.7	4.1	○	○	○													○	○							○			
			마늘 듬뿍 가라아게 초특대 덮밥		2,123	72.4	101.1	228.9	8.5	○	○	○													○	○	○						○			
		정식	가라아게 정식	M	1,168	42.2	59.0	115.9	4.2	○	○	○			▲	▲									○	○										
				L	1,366	50.8	73.4	123.0	5.0	○	○	○			▲	▲									○	○										
				XL	1,563	59.5	87.8	130.1	5.7	○	○	○			▲	▲									○	○										
			가라아게・야채절임 정식		953	34.1	41.3	111.2	4.4	○	○	○			▲	▲									○	○										
			타르타르 남만 가라아게 정식	M	1,454	44.6	84.6	127.5	6.4	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				L	1,651	53.2	99.0	134.6	7.1	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				XL	1,849	61.9	113.4	141.6	7.9	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
			파소금 가라아게 정식	M	1,210	43.0	61.0	121.4	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
				L	1,407	51.6	75.4	128.4	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
				XL	1,604	60.2	89.8	135.4	7.4	○	○	○			▲	▲									○	○	○					○	○			
			양념 가라아게 정식	M	1,238	43.2	59.6	131.0	5.3	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				L	1,435	51.9	74.0	138.0	6.0	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
				XL	1,633	60.6	88.5	145.0	6.7	○	○	○			▲	▲									○	○							○			
		단품	가라아게		197	8.7	14.4	7.0	0.7	○	○	○													○	○										
			타르타르 소스		251	1.8	25.9	2.7	0.8	○		○													○											
			양념 소스		64	0.9	0.1	15.0	1.1																											
	카레	검은 카레		M	480	8.2	6.4	100.5	2.9	○	○									○					○	○	○					○	○			
				밥 곱빼기(증량)	605	10.2	6.7	130.2	2.9	○	○									○					○	○	○					○	○			
		쇠고기 검은 카레		M	622	15.0	17.9	103.3	3.9	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
				밥 곱빼기(증량)	746	17.0	18.1	133.0	3.9	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
		고기 듬뿍 쇠고기 검은 카레		M	761	21.7	29.3	105.7	4.7	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
				밥 곱빼기(증량)	886	23.7	29.6	135.4	4.7	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
		소갈비 검은 카레		M	789	22.7	30.5	107.4	4.4	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
				밥 곱빼기(증량)	914	24.7	30.8	137.1	4.4	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
		쇠고기×소갈비 검은 카레		M	930	29.5	42.0	110.2	5.4	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
				밥 곱빼기(증량)	1,055	31.5	42.2	139.9	5.4	○	○									○		○			○	○	○					○	○		○	
		가라아게 검은 카레		M	874	25.4	35.2	114.5	4.2	○	○	○								○					○	○	○					○	○			
				밥 곱빼기(증량)	998	27.4	35.5	144.2	4.2	○	○	○								○					○	○	○					○	○			
		쇠고기 로카 카레		M	618	14.9	16.6	106.9	3.3	○												○			○	○	○					○			○	
				밥 곱빼기(증량)	743	16.9	16.9	136.6	3.3	○												○			○	○	○					○			○	
		고기 듬뿍 쇠고기 로카 카레		M	757	21.5	28.1	109.3	4.2	○												○			○	○	○					○			○	
				밥 곱빼기(증량)	882	23.5	28.3	139.0	4.2	○												○			○	○	○					○			○	
	어린이 세트	미니 쇠고기 덮밥			352	9.0	14.0	49.5	1.5	○												○			○							○			○	
		미니 카레			271	5.0	2.0	59.9	1.1													○			○	○	○		○			○				
		비엔나			86	3.2	6.1	4.4	0.6	○	○	○										○			○	○	○									
		토마토 케첩			11	0.1	0.1	2.5	0.2																											
		후리카게			11	0.6	0.5	1.0	0.2	○	○	○												○	○	○							○			
		사과 주스			58	0.1	0.0	14.4	0.0																							○				
		쁘띠 젤리			11	0.0	0.0	3.0	0.0																							○				
	샐러드	치즈 쇠고기 샐러드 ※드레싱 빼놓다			495	33.6	36.1	9.1	1.8	○	○	○										○			○	○						○			○	
		김치 쇠고기 샐러드 ※드레싱 빼놓다			419	27.1	28.5	13.6	2.2	○		○			○	○		○				○			○	○						○	○		○	
		샐러드			16	0.7	0.1	3.1	0.0																											
		감자샐러드			88	1.7	4.8	9.7	0.5			○													○											
	사이드 메뉴	밥		M	343	5.5	0.7	81.6	0.0																											
				밥 곱빼기(증량)	468	7.5	0.9	111.3	0.0																											
		된장국			20	1.3	0.6	2.5	1.3						▲	▲									○											
		바지락 된장국			53	7.3	1.2	2.8	1.5							▲									○											
		재첩국			41	4.3	1.1	3.3	1.3																○											
		돼지고기 된장국			143	5.0	7.7	13.8	3.3		○														○		○									
		계란			76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																								
		반숙계란			76	6.2	5.2	0.2	0.2			○																								
		파&계란			103	7.0	5.5	5.8	1.1	○		○													○								○			
		파 고추기름			110	1.5	8.5	7.2	0.3	○															○								○			
		콰트로치즈			103	7.4	7.9	0.6	0.5		○																									
		김			5	0.6	0.1	0.6	0.1	○															○											
		낫토 (소스・겨자・파 포함)			99	7.8	4.7	7.1	0.6	○															○											
		연어			133	13.9	8.5	0.1	1.3														○													
		고등어 소금구이			185	10.7	12.0	0.0	1.1															○												
		소고기 듬뿍			142	6.8	11.5	2.8	1.0	○												○			○							○			○	
		양파 곱빼기			48	1.7	0.7	8.6	1.2	○												○			○							○			○	
		파소금 소스			40	1.5	1.5	5.4	2.6	○															○	○	○					○	○			
		야채절임		1개	13	0.7	0.1	2.6	1.1	○																										
		김치		1개	26	0.9	0.2	5.1	0.9						○	○		○														○	○			
		홍생강		5g	1	0.0	0.0	0.2	0.3																											
	조미료	참깨 드레싱		1봉	49	0.3	4.5	1.7	0.6	○		○													○								○			
		일본식 드레싱			6	0.3	0.0	1.2	0.8	○															○											
		마요네즈드레			27	0.1	2.6	0.6	0.3			○													○											
		우스터 소스		10g	11	0.1	0.0	2.7	0.8																○							○				
		간장			8	0.7	0.0	1.3	1.3	○															○											
		야마초		1봉	1	0.0	0.0	0.2	0.0																											
		시치미 (테이크 아웃용)			1	0.0	0.0	0.1	0.0																								○			
		홍생강 (테이크 아웃용)		1봉	1	0.0	0.0	0.2	0.4																											

2025年4月14日現在

영양 성분·알레르기 유발물질 일람

		메뉴		영양 성분 (한 끼) 열량 (kcal)	단백질 (g)	지방 (g)	탄수화물 (g)	식염상당량 (g)	알레르기 유발물질 의무표시 밀	우유	계란	땅콩	메밀	새우	게	호두	권장표시 전복	오징어	연어알	오렌지	키위	소고기	연어	고등어	콩팥	닭고기	돼지고기	송이	바나나	복숭아	참마	사과	깨	캐슈너트	젤라틴	아몬드
C&C 한정 메뉴		돼지생강 구이 덮밥	M	768	29.6	26.9	101.4	4.3	○																○		○					○			○	
			L	996	37.4	33.2	136.8	4.8	○																○		○					○			○	
		소동 ON 야채	S	583	19.0	23.0	78.5	2.7	○													○			○							○	○		○	
			M	732	23.1	24.8	104.1	3.1	○													○			○							○	○		○	
			Beef L	835	26.6	32.2	114.2	3.5	○													○			○							○	○		○	
			L	933	28.4	32.4	137.2	3.9	○													○			○							○	○		○	
			XL	1,116	37.2	47.7	139.9	4.8	○													○			○							○	○		○	
			XXL	1,268	44.4	60.4	142.2	5.5	○													○			○							○	○		○	
		생강 돼지 로스 정식	M	806	31.6	27.6	108.0	5.6	○					▲	▲										○		○					○			○	
			L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○					▲	▲										○		○					○			○	
		돼지 생강 구이	M	429	23.9	26.2	20.8	4.4	○																○		○					○			○	
			L	518	29.5	32.3	23.0	4.9	○																○		○					○			○	
		쇠고기·돼지 로스 정식		1,072	44.3	50.4	109.7	7.4	○					▲	▲							○			○		○					○			○	
		ON 야채		73	2.1	3.3	9.7	0.8	○																○								○			
지역 한정 메뉴	지역 한정 메뉴	쇠고기 토로 덮밥	M	585	18.2	16.5	96.1	1.9	○													○			○						○	○			○	
			L	782	24.4	24.5	122.9	2.4	○													○			○						○	○			○	
		쇠고기 접시 밀과 여우	M	703	24.2	24.8	101.1	4.2	○					▲	▲							○			○						○	○			○	
			L	984	37.7	47.7	106.3	6.0	○					▲	▲							○			○						○	○			○	
		토로로		86	3.6	0.4	18.1	1.0																	○						○					
		버터 치킨 카레	M	707	26.3	22.0	103.8	3.6	○	○															○	○										
			밥 곱빼기(증량)	832	28.3	22.2	133.4	3.6	○	○															○	○										
		니코카라 덮밥		652	22.2	29.4	74.4	2.7	○	○	○											○			○	○						○				
	오키나와 한정 메뉴	오키나와 소바		315	11.2	13.1	36.3	4.1	○																○		○									
		타코라이스(살사 소스)		678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○												○			○		○					○				
		타코라이스(토마토 소스)		681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○												○			○		○									
		쇠고기 타코라이스(살사 소스)		861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○												○			○		○					○			○	
		쇠고기 타코라이스(토마토 소스)		865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○												○			○		○					○			○	
		매운 소스		1	0.0	0.0	0.1	0.2																												