

松のや 栄養成分・アレルギー一覧

●アレルギー一覧について

- 1. このアレルギー情報は商品の原材料情報を元に作成したものです。
- 2. 表中の記号について
○:原材料に含まれます。△:原材料生産工場で、当該原材料を含む製品を製造しています。
- 3. 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。ご理解の上、ご利用をお願い致します。
- 4. アレルギー物質の感受性は、個人差があります。微量の混入でも発症する可能性があるため、最終的な判断は専門医に相談されることをおすすめ致します。
- 5. 商品の改良・規格変更等に伴い随時更新されますので、お手数もご利用の都度、最新情報をご確認ください。

●栄養成分一覧について

- 1. 検査機関での分析値および「日本食品標準成分表」に基づき算出した標準値です。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出る場合がありますのでご了承ください。
- 2. メニューの栄養成分値には商品に付いている調味料は含まれておりますが、卓上にあるお好みでお使い頂く調味料は含まれておりません。卓上の調味料は一覧下部の「調味料等」欄をご確認ください。
- 3. メインメニューにはみそ汁の栄養成分値も含まれております。
- 4. 定食メニューのライスは並盛の数値です。小盛・大盛・特盛サイズでご注文の場合は、「ライス増減値」をご確認ください。

※店舗により販売されていないメニューがあります。
※詳細につきましては、お客様相談室(0570-05-1129)にお問い合わせください。受付は土日祝祭日、年末年始を除く10:00～16:00です。



2026年6月24日		栄養成分					アレルギー(特定原材料8品目)								アレルギー(特定原材料に準ずるもの20品目)																			
メニュー		熱量 (kcal)	たん ぱく 質 (g)	脂 質 (g)	炭水 化物 (g)	食塩 相当 量 (g)	小	そば	卵	乳 成分	落 花生	え び	カ ニ	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	も も	や まい も	りん ご	ゼ ラ チ ン	バナ ナ	ご ま	カ シ ー ナ ッ ツ	ア ー モ ン ド
定食	ロースかつ定食	830	26.8	31.8	113.4	2.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	鬼おろしポン酢ロースかつ定食	861	28.1	31.9	120.0	4.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	○	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	味噌ロースかつ定食	925	29.3	34.3	127.9	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
	うまトラロースかつ定食	1036	35.4	44.1	126.7	5.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	チーズうまトラロースかつ定食	1195	43.5	57.4	128.2	6.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	国産雪国育ち丸太ヒレかつ定食	800	34.8	23.7	117.1	4.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	国産雪国育ち鬼おろしポン酢丸太ヒレかつ定食	1213	61.6	45.9	144.8	5.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	国産雪国育ち鬼おろしポン酢丸太ヒレかつ定食	832	36.1	23.8	123.7	5.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	○	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	本格唐揚げ定食(5個)	855	36.3	29.9	116.0	4.1	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
	本格唐揚げ定食(8個)	1136	53.3	46.9	131.8	5.7	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
	鬼おろしポン酢本格唐揚げ定食(5個)	887	37.6	30.0	122.5	5.8	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△
	鬼おろしポン酢本格唐揚げ定食(8個)	1168	54.6	47.0	138.4	7.4	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△
	ジャンボチキンかつ定食	1283	47.7	67.4	119.3	2.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	鬼おろしポン酢ジャンボチキンかつ定食	1314	49.0	67.4	125.9	4.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	○	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	味噌ジャンボチキンかつ定食	1378	50.2	69.8	133.8	4.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
	うまトラジャンボチキンかつ定食	1489	56.3	79.6	132.6	5.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	チーズうまトラジャンボチキンかつ定食	1648	64.4	92.9	134.1	6.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	タルタルジャンボチキンかつ定食	1560	50.6	91.5	131.5	7.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△

	メニュー	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	そば	卵	乳成分	落花生	えび	カニ	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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ	アーモンド
																																		
定食	うまトマメンチかつ定食	1214	36.4	56.9	138.3	6.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	チーズうまトマメンチかつ定食	1373	44.5	70.3	139.8	7.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	大判唐揚げ定食	1117	48.8	56.5	109.3	6.2	○	—	○	△	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	鬼おろしポン酢大判唐揚げ定食	1009	50.0	41.7	114.7	7.5	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	○	○	○	○	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	にんにく醤油の“揚げる”厚切り豚テキ定食	1135	45.3	51.1	122.2	7.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	にんにく醤油の“揚げる”鶏テキ定食	1176	49.0	53.7	121.9	7.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	シュクメルリロースかつ定食	1123	33.8	47.0	145.8	4.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	シュクメルリジャンボチキンかつ定食	1670	56.8	88.7	159.6	5.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	超厚切りリブロースかつ定食	1181	43.9	58.0	119.7	2.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	超厚切りリブ鬼おろしポン酢ロースかつ定食	1213	45.3	58.1	126.2	4.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	○	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	超厚切りリブ味噌ロースかつ定食	1277	46.4	60.5	134.1	4.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
盛合せ定食	うまトマ超厚切りリブロースかつ定食	1387	52.6	70.3	132.9	5.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	チーズうまトマ超厚切りリブロースかつ定食	1546	60.7	83.6	134.4	6.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	ロースかつ&本格唐揚げ定食	1110	43.8	48.9	129.3	4.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
	ダブルロースかつ定食	1272	45.6	62.2	137.4	3.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	ダブル鬼おろしポン酢ロースかつ定食	1303	47.0	62.2	143.9	5.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	○	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ダブル味噌ロースかつ定食	1367	48.1	64.7	151.9	5.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
	ロースかつ&海老フライ(1尾)定食	1071	32.7	51.8	123.2	3.6	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ロースかつ&海老フライ(2尾)定食	1247	38.1	65.7	130.5	3.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ロースかつ&有頭大海老フライ(1尾)定食	1149	37.2	56.5	127.5	3.7	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ロースかつ&有頭大海老フライ(2尾)定食	1402	47.0	75.1	139.2	4.1	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ロースかつ&国産雪国育ち丸太ヒレかつ定食	1242	53.6	54.0	141.1	5.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	ロースかつ&ジャンボチキンかつ定食	1725	66.5	97.7	143.3	3.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	国産雪国育ち丸太ヒレかつ&海老フライ(1本)定食	1042	40.7	43.6	126.8	5.3	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	国産雪国育ち丸太ヒレかつ&海老フライ(2本)定食	1218	46.1	57.5	134.2	5.6	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ジャンボチキンかつ&海老フライ(1尾)定食	1524	53.6	87.3	129.0	4.0	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ジャンボチキンかつ&海老フライ(2尾)定食	1700	59.0	101.2	136.4	4.3	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△
丼	ロースかつ&メンチかつ定食	1185	37.6	55.9	135.6	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	ロースかつ&大判唐揚げ定食	1264	47.3	66.7	123.9	5.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	超厚切りリブロースかつ&大判唐揚げ定食	1615	64.4	93.0	130.1	5.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	超厚切りリブロースかつ&海老フライ1尾定食	1423	49.9	78.0	129.4	3.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	超厚切りリブロースかつ&海老フライ2尾定食	1599	55.3	91.9	136.7	4.2	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	ロースかつ丼 並盛	1011	39.8	41.4	120.2	5.5	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	ロースかつ丼 大盛	1190	43.3	41.7	161.3	6.9	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	味噌ロースかつ丼 並盛	913	28.5	34.2	124.8	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
丼	味噌ロースかつ丼 大盛	1069	31.0	34.5	161.9	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
	国産雪国育ち丸太ヒレかつ丼 並盛	982	47.8	33.2	123.9	5.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	国産雪国育ち丸太ヒレかつ丼 大盛	1160	51.3	33.5	165.0	7.1	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	超厚切りリブロースかつ丼 並盛	1362	56.9	67.6	126.4	5.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
丼	超厚切りリブロースかつ丼 大盛	1541	60.5	67.9	167.5	7.2	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△

	メニュー	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	そば	卵	乳成分	落花生	えび	カニ	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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシュー ナッツ	アー モンド		
朝定食・お子様	玉子かけごはん定食	445	13.1	6.2	85.9	1.8	—	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
	玉子丼 並盛	572	21.1	11.1	96.9	4.6	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
	玉子丼 大盛	750	24.7	11.4	138.0	6.0	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
	得朝ロースかつ定食	872	27.3	34.6	116.9	2.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	得朝ソーセージエッグ定食	676	23.5	23.3	94.0	2.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	<選べる小鉢>コロッケ	157	2.2	10.3	13.9	0.4	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	<選べる小鉢>納豆(別添の青ネギ含む)	80	6.4	3.9	6.4	0.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	<選べる小鉢>冷奴	85	7.1	4.4	4.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	<選べる小鉢>お新香	17	0.2	0.0	3.8	0.9	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	
	お子様プレート	762	17.5	25.8	116.8	1.7	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	—	○	△	○	○	○	○	○	○	—	△	△	○	△	○	○	—	△	
	お子様パンケーキプレート	413	4.2	8.5	79.5	1.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	△	—	—	—	○	—	—	—	△	—	○	—	○	—	—	—	—
	マミー	91	0.8	0.0	22.1	0~0.1	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
惣菜	単品ロースかつ(1枚)	442	18.9	30.3	23.9	0.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	△	
	単品うまトマロースかつ	648	27.5	42.6	37.2	3.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△	
	単品チーズうまトマロースかつ	807	35.6	55.9	38.7	4.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△	
	単品国産雪国育ち丸太ヒレかつ(1本)	413	26.9	22.2	27.6	2.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△		
	単品ジャンボチキンかつ(1枚)	895	39.8	65.9	29.8	1.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	○	△	△	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	単品うまトマジャンボチキンかつ(1枚)	1101	48.4	78.1	43.1	3.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△	
	単品チーズうまトマジャンボチキンかつ(1枚)	1260	56.5	91.5	44.6	4.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△	
	単品タルタルジャンボチキンかつ(1枚)	1172	42.7	90.0	42.0	5.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	○	△	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
	単品本格唐揚げ(1個)	94	5.7	5.7	5.3	0.5	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品本格唐揚げ(3個)	281	17.0	17.0	15.9	1.5	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品本格唐揚げ(5個)	468	28.4	28.4	26.5	2.6	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品本格唐揚げ(8個)	749	45.4	45.4	42.3	4.1	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品大判唐揚げ(1個)	295	20.4	20.1	9.4	2.1	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	単品海老フライ(1尾)(タルタルソース除く)	176	5.4	13.9	7.3	0.3	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品コロッケ(1個)	157	2.2	10.3	13.9	0.4	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	ポテトフライ	329	3.5	15.8	40.9	0.9	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品うまトマメンチかつ(2個)	827	28.5	55.4	48.8	5.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△	
	単品チーズうまトマメンチかつ(2個)	986	36.6	68.8	50.3	6.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△	
	単品にんにく醤油の“揚げる”厚切り豚テキ	764	38.5	49.8	36.8	6.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	○	○	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	
	単品にんにく醤油の“揚げる”鶏テキ	805	42.2	52.4	36.5	6.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	
	単品シュクメルリロースかつ	735	25.9	45.5	56.3	2.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	単品シュクメルリジャンボチキンかつ	1283	48.9	87.2	70.1	4.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	単品超厚切りリブロースかつ(1枚)	793	36.0	56.6	30.2	1.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	単品うまトマ超厚切りリブロースかつ(1枚)	1000	44.7	68.8	43.4	3.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△
	単品チーズうまトマ超厚切りリブロースかつ(1枚)	1159	52.8	82.2	44.9	4.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	○	—	—	△	△	○	—	○	—	△

	メニュー	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	そば	卵	乳成分	落花生	えび	カニ	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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ	アーモンド	
																																			
サイドメニュー	単品タルタルソース	66	0.5	6.0	2.4	0.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	
	単品チーズ	159	8.2	13.4	1.5	0.9	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品ふりかけ(さけ)	11	0.5	0.6	1.1	0.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—		
	単品ふりかけ(たまご)	11	0.4	0.5	1.2	0.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—		
	単品マヨネーズ	139	0.1	14.8	1.1	0.4	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
	生玉子	71	5.8	4.8	0.1	0.2	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	トッピングポテサラ	92	1.0	5.6	9.2	0.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	ミニポテキャベ	56	1.2	2.9	7.2	0.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	千切りキャベツ	17	1.0	0.2	4.2	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	ポテキャベ	109	2.1	5.8	13.3	0.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	ミニキャベツ	11	0.7	0.1	2.6	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	トッピングソーセージ(1本)	87	3.5	7.5	0.8	0.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	納豆(別添の青ネギ含む)	80	6.4	3.9	6.4	0.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	冷奴	85	7.1	4.4	4.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	浅漬けお新香	17	0.2	0.0	3.8	0.9	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	
	鬼おろしポン酢	32	1.4	0.1	6.5	1.7	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—
	ミニ鬼おろしポン酢	17	0.7	0.0	3.5	0.8	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	味噌ソース	95	2.5	2.5	14.5	2.1	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—
	豚汁	143	7.1	7.1	12.1	3.2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	新豚汁	126	8.2	4.9	10.8	3.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	△	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	目玉焼き&ソーセージ	246	15.1	19.0	1.1	0.8	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ライス(小盛)	234	3.8	0.5	55.7	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ライス(並盛)	343	5.5	0.7	81.6	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ライス(大盛)	499	8.0	1.0	118.7	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ライス(特盛)	624	10.0	1.2	148.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	みそ汁	28	1.4	0.7	3.7	1.6	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
ライス増量値	定食ライス並盛→小盛変更の栄養成分増減値	-109	-1.8	-0.2	-26.0	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	定食ライス並盛→大盛変更の栄養成分増減値	156	2.5	0.3	37.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	定食ライス並盛→特盛変更の栄養成分増減値	281	4.5	0.5	66.8	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
調味料等	中濃ソース(20g)	23	0.2	0.0	5.5	1.2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	
	特製ソース(20g)	25	0.3	0.1	5.7	1.0	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—	
	人参ドレッシング(30g)	58	0.6	4.4	3.8	1.3	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	松のや ごまドレッシング(30g)	26	0.8	1.2	3.2	1.2	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
	七味唐辛子(0.2g)	1	0.0	0.0	0.1	0.0	—	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
	醤油(5g)	4	0.4	0.0	0.5	0.7	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
からし(2g)	3	0.2	0.1	0.3	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		

	メニュー	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	そば	卵	乳 成 分	落 花 生	え び	カ ニ	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	も も	や ま い も	りん ご	ゼ ラ チ ン	バナ ナ	ご ま	カ シ ー ナ ッ ツ	ア ー モ ン ド
ホ テ ル 朝 食 ・ 弁 当 専 門 店 舗	【フォーポイント横浜】スペシャル和朝食A 焼鮭(ドリンク含まず)	1004	46.9	38.9	120.4	6.0	○	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【フォーポイント横浜】和朝食A 焼鮭	568	25.4	13.9	87.3	3.3	—	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【フォーポイント横浜】スペシャル和朝食B ソーセージエッグ(ドリンク含まず)	1113	45.0	48.4	127.0	5.4	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【フォーポイント横浜】和朝食B ソーセージエッグ	771	31.0	27.7	100.3	2.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【フォーポイント横浜】スペシャル洋朝食C ス克蘭ブルエッグ(ドリンク含まず)	882	31.4	40.9	93.7	3.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【フォーポイント横浜】洋朝食C ス克蘭ブルエッグ	589	24.3	27.4	58.0	2.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【フォーポイント横浜】スペシャル洋朝食D ソーセージエッグ(ドリンク含まず)	872	31.3	39.9	93.5	3.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【フォーポイント横浜】洋朝食D ソーセージエッグ	579	24.2	26.4	57.8	2.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	松のやのとんかつバーガー	986	25.2	68.7	66.8	3.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△