

松のや 栄養成分・アレルギー一覧(パーキングエリア店)



●アレルギー一覧について

- 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。
- 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。
※ 権現湖PA店では「そば」「うどん」を同一の釜で茹でております。アレルギーの方はご注意ください。
- 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。
- 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。
- 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

- 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。
- 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。
- 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。
- 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。

※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7月8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	
						○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○	△	○
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	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
本格唐揚げ定食(5個)	994	36.4	44.7	117.1	4.5	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
アジフライ(2枚)定食	925	29.4	38.9	119.9	3.9	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
カキフライ(5個)定食	894	16.9	39.6	121.5	3.6	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
たっぷりカキフライ(7個)定食	1071	20.3	52.5	133.3	4.1	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ロースかつ&本格唐揚げ定食	1249	43.9	63.7	130.5	4.4	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ロースかつ&大判唐揚げ定食	1264	47.3	66.7	123.9	5.0	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
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	○	△	○	○	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

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	
盛合せ定食	1071	32.7	51.8	123.2	3.6	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1247	38.1	65.7	130.5	3.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1149	37.2	56.5	127.5	3.7	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1402	47.0	75.1	139.2	4.1	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1131	37.8	53.5	129.8	4.0	○	—	○	○	—	△	—	—	—	△	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1072	30.7	50.7	127.7	3.8	○	—	○	○	—	—	△	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	○	—	△	—	△	
盛合せ定食	1084	32.4	50.9	128.3	4.0	○	—	○	○	—	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	
盛合せ定食	1007	33.4	44.1	124.1	3.7	○	—	○	○	—	△	—	—	—	○	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1127	33.8	55.0	128.3	3.7	○	—	○	○	—	△	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1601	61.1	89.9	136.7	4.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1615	64.4	93.0	130.1	5.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	○	○	○	○	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1423	49.9	78.0	129.4	3.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
盛合せ定食	1599	55.3	91.9	136.7	4.2	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△	
丼	1011	39.8	41.4	120.2	5.5	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
丼	1190	43.3	41.7	161.3	6.9	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
丼	913	28.5	34.2	124.8	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
丼	1069	31.0	34.5	161.9	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
丼	1362	56.9	67.6	126.4	5.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
丼	1541	60.5	67.9	167.5	7.2	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
丼	922	27.7	36.7	120.0	5.6	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	—	○	—	○	○	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—	
丼	1100	31.3	37.0	161.1	7.0	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	
丼	1362	56.9	67.6	126.4	5.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
丼	1541	60.5	67.9	167.5	7.2	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	○	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
カレー	765	17.9	28.2	109.6	4.8	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—	
カレー	921	20.4	28.5	146.7	4.8	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
カレー	1207	36.7	58.6	133.5	5.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	○	○	—	△	
カレー	1363	39.2	58.9	170.6	5.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	○	○	—	△	
カレー	1559	53.9	84.8	139.7	5.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	○	○	—	△	
カレー	1715	56.4	85.1	176.8	5.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	○	○	—	△	
うどん	826	28.2	32.0	101.7	8.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
うどん	502	10.9	10.4	85.8	7.9	○	—	—	—	—	△	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
うどん	375	10.7	5.5	69.0	6.3	○	—	—	—	—	△	—	—	—	△	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
うどん	444	16.0	10.2	69.5	6.3	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
うどん	456	17.8	10.3	69.9	6.6	○	—	○	△	—	△	△	—	—	△	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
うどん	324	10.9	1.0	65.0	6.0	○	—	○	△	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
うどん	161	5.1	0.5	32.9	3.4	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
うどん	894	32.5	32.8	112.1	7.9	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
うどん	570	15.2	11.2	96.2	7.2	○	○	○	△	—	△	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	
うどん	442	15.0	6.3	79.4	5.6	○	○	○	△	—	△	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	
うどん	511	20.3	11.0	79.9	5.5	○	○	○	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	

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	
温かい類	月見そば	523	22.1	11.1	80.3	5.8	○	○	○	△	-	△	-	-	△	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	△	-	-	-	-	-	-	
	かけそば	391	15.2	1.8	75.4	5.3	○	○	○	△	-	△	-	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	△	-	-	-	-	-	-	
	ミニそば	195	7.2	0.9	38.1	3.0	○	○	○	△	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	△	-	-	-	-	-	-	
冷たい類	ざるうどん	301	9.1	1.1	61.6	4.3	○	-	-	-	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	大盛ざるうどん	439	12.7	1.6	89.9	5.4	○	-	-	-	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	とろろうどん	343	10.1	1.1	71.0	4.3	○	-	-	-	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	
	大盛とろろうどん	481	13.8	1.6	99.3	5.4	○	-	-	-	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	
	ざるそば	372	13.4	1.9	72.6	3.6	○	○	○	△	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	△	-	-	-	-	-	-	
	大盛ざるそば	543	19.2	2.8	106.2	4.3	○	○	○	△	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	△	-	-	-	-	-	-	
	とろろそば	414	14.4	2.0	82.0	3.6	○	○	○	△	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	
	大盛とろろそば	586	20.2	2.9	115.6	4.3	○	○	○	△	-	△	△	-	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	
ミート	ミニライスセット	234	3.8	0.5	55.7	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	ミニ玉子丼セット	335	10.9	5.3	61.5	1.5	○	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
朝定食・お子様	得朝ローズかつ定食	872	27.3	34.6	116.9	2.7	○	-	○	○	-	△	△	-	-	-	○	-	△	-	△	○	△	○	-	-	△	△	△	-	△	-	△	
	得朝アジフライ(1枚)定食	666	18.9	20.0	107.0	2.6	○	-	○	○	-	△	△	-	-	△	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	△	-	-	
	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	○	-	○	○	-	○	-	-	-	-	-	○	△	○	○	○	○	○	○	-	△	△	○	△	○	○	-	△	
マミー	91	0.8	0.0	22.1	0~0.1	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
惣菜	単品ローズかつ(1枚)	442	18.9	30.3	23.9	0.9	○	-	○	○	-	-	-	-	-	-	○	-	△	-	△	○	△	○	-	-	△	△	△	-	△	-	△	
	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	○	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	単品カキフライ(2個)	242	3.9	18.9	14.2	1.3	○	-	○	○	-	-	△	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	○	○	-	-	-	
	単品イカフライ(1本)(タルタルソース除く)	112	6.1	6.2	8.3	0.4	○	-	△	-	-	△	-	-	-	○	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	単品白身魚フライ(1枚)(タルタルソース除く)	232	6.5	17.1	12.5	0.4	○	-	△	-	-	△	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	ポテトフライ	329	3.5	15.8	40.9	0.9	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	単品超厚切りブロースかつ(1枚)	793	36.0	56.6	30.2	1.2	○	-	○	○	-	-	-	-	-	-	-	○	-	△	-	△	○	△	○	-	-	△	△	△	-	△	-	△
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	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
単品創業ビーフカレー	386	10.9	26.9	22.2	2.7	○	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	○	○	○	-	-	-	○	-	○	○	-	-		

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
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	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
トッピングソーセージ(1本)	87	3.5	7.5	0.8	0.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	
サイドメニュー																																	
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	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	
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																																	
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	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	