

松屋栄養成分・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」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。サイドメニューのライスには含まれておりません。

※店舗により販売されていないメニューがあります。
※沖縄県の店舗では一部食材が異なるため、一覧下部の「沖縄店舗」欄をご確認ください。
※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。

みんなの食卓でありたい。



2025年12月23日		栄養成分(1食当たり)					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	まいたけ	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	
						 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	
牛めし	牛めし(小盛)	507	13.1	22.8	59.6	2.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	牛めし(並盛)	687	17.1	28.9	85.5	3.0	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	牛めし(大盛)	933	22.3	35.9	124.3	3.5	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	牛めし(特盛)	1,237	31.0	56.3	145.1	4.5	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	牛めし(あたま大盛)	765	19.8	35.6	87.2	3.5	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	ネギたっぷり旨辛ネギたま牛めし(小盛)	614	20.1	29.0	65.1	3.5	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	ネギたっぷり旨辛ネギたま牛めし(並盛)	818	24.7	36.2	94.0	4.8	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	ネギたっぷり旨辛ネギたま牛めし(大盛)	1,064	29.8	43.3	132.8	5.2	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	ネギたっぷり旨辛ネギたま牛めし(特盛)	1,368	38.5	63.7	153.6	6.2	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	ネギたっぷり旨辛ネギたま牛めし(あたま大盛)	896	27.3	43.0	95.7	5.2	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	鬼おろしポン酢牛めし(小盛)	534	14.3	23.0	64.9	4.1	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	鬼おろしポン酢牛めし(並盛)	714	18.3	29.1	90.8	4.5	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	鬼おろしポン酢牛めし(大盛)	959	23.5	36.1	129.5	5.0	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	鬼おろしポン酢牛めし(特盛)	1,264	32.2	56.5	150.3	6.0	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	鬼おろしポン酢牛めし(あたま大盛)	791	21.0	35.8	92.4	5.0	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	
	キムチ牛めし(小盛)	556	14.8	23.6	68.5	4.4	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	キムチ牛めし(並盛)	736	18.9	29.7	94.4	4.8	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	キムチ牛めし(大盛)	982	24.0	36.8	133.2	5.2	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	キムチ牛めし(特盛)	1,286	32.7	57.2	154.0	6.3	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	キムチ牛めし(あたま大盛)	814	21.5	36.5	96.1	5.2	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
チーズ牛めし(小盛)	667	21.3	36.1	61.2	3.5	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
チーズ牛めし(並盛)	846	25.3	42.3	87.1	3.9	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
チーズ牛めし(大盛)	1,092	30.5	49.3	125.9	4.4	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
チーズ牛めし(特盛)	1,397	39.2	69.7	146.7	5.4	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
チーズ牛めし(あたま大盛)	924	28.0	49.0	88.8	4.4	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	

	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	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まっ たけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナツ	アー モンド
牛めし	ねぎマヨ辣牛めし(小盛)	708	14.2	43.6	62.2	2.6	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	ねぎマヨ辣牛めし(並盛)	887	18.2	49.8	88.2	3.0	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	ねぎマヨ辣牛めし(大盛)	1,133	23.4	56.8	126.9	3.5	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	ねぎマヨ辣牛めし(特盛)	1,438	32.1	77.2	147.7	4.5	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	ねぎマヨ辣牛めし(あたま大盛)	965	20.9	56.5	89.8	3.5	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	マヨキムチ牛めし(小盛)	701	15.2	39.4	68.8	4.4	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	マヨキムチ牛めし(並盛)	880	19.3	45.5	94.7	4.8	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	マヨキムチ牛めし(大盛)	1,126	24.4	52.5	133.5	5.2	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	マヨキムチ牛めし(特盛)	1,431	33.2	72.9	154.3	6.3	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	マヨキムチ牛めし(あたま大盛)	958	21.9	52.2	96.4	5.2	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
カレー	創業ビーフカレー	769	17.9	28.8	102.8	4.8	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	創業ビーフカレー(単品)	386	10.9	26.9	22.2	2.7	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	チーズ創業ビーフカレー	938	26.3	42.9	104.8	5.8	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	創業ビーフカレーギュウ	1,003	25.6	49.9	106.3	5.7	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	ハンバーグ創業ビーフカレー	1,145	37.3	54.1	117.1	6.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	うまトマハンバーグ創業ビーフカレー	1,284	44.5	62.7	123.9	8.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	マッサマンカレー	1,347	47.3	77.0	99.8	5.8	○	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
丼	マッサマンカレー野菜セット	1,371	48.6	77.2	104.9	5.8	○	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	マッサマンカレー(単品)	964	40.3	75.0	19.3	3.7	○	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	○	○	—	—
	キムカル丼(小盛)	630	21.2	27.8	70.9	4.8	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	△	△	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	キムカル丼(並盛)	756	23.2	28.0	98.8	5.4	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	△	△	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	キムカル丼(大盛)	1,098	33.6	41.5	141.7	6.9	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	△	△	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	キムカル丼(特盛)	1,350	42.4	54.6	165.7	8.4	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	△	△	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	元祖ネギ塩厚切り豚カルビ丼(小盛)	668	19.0	35.0	61.3	5.5	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	△	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	元祖ネギ塩厚切り豚カルビ丼(並盛)	793	20.9	36.4	86.2	6.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	△	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	元祖ネギ塩厚切り豚カルビ丼(大盛)	1,146	29.7	52.6	124.6	8.0	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	△	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	牛ビビン丼(小盛)	756	27.6	42.4	67.0	4.3	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	牛ビビン丼(並盛)	889	29.7	43.7	94.1	5.1	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	牛ビビン丼(大盛)	1,419	47.2	78.0	134.4	6.1	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	新焼き牛めし(小盛)	612	23.6	28.3	61.6	3.0	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	新焼き牛めし(並盛)	737	25.6	28.9	88.3	3.6	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	新焼き牛めし(大盛)	999	32.3	36.4	128.0	4.3	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	いくら丼(小盛)	377	16.3	6.0	61.7	4.0	○	—	—	—	—	△	△	—	—	—	○	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	いくら丼(並盛)	556	25.4	9.3	88.9	4.8	○	—	—	—	—	△	△	—	—	—	○	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	いくら丼(大盛)	851	41.2	14.9	132.5	7.5	○	—	—	—	—	△	△	—	—	—	○	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙りマヨサーモン丼(並盛)	605	20.3	19.1	82.6	3.3	○	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙りマヨサーモン丼(大盛)	853	29.7	24.3	121.1	4.9	○	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙りサーモンいくら丼(並盛)	629	30.2	15.9	86.1	4.1	○	—	—	—	—	△	△	—	—	—	○	—	—	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙りサーモンいくら丼(大盛)	924	44.5	23.1	126.6	6.1	○	—	—	—	—	△	△	—	—	—	○	—	—	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	カルビと特選ブリスケット肉の合い盛り丼	1,056	37.0	61.1	89.9	4.3	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	鶏そぼろ玉子丼(小盛)	430	19.6	9.2	63.4	4.5	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	鶏そぼろ玉子丼(並盛)	540	21.2	9.4	87.5	4.5	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	鶏そぼろ玉子丼(大盛)	862	37.8	16.8	131.9	7.4	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—

	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	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まっ たけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナツ	アー モンド
																																		
定食	牛焼肉定食	723	24.0	29.9	86.7	2.3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	牛焼肉単品	319	15.9	27.7	1.8	0.6	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	牛焼肉W定食	1,042	39.9	57.6	88.5	2.9	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	牛焼肉W単品	638	31.8	55.5	3.6	1.3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	カルビ焼肉定食	863	30.0	40.9	90.8	3.4	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	カルビ焼肉単品	459	21.9	38.8	5.9	1.8	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	カルビ焼肉W定食	1,322	51.8	79.7	96.7	5.2	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	カルビ焼肉W単品	918	43.7	77.6	11.8	3.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	厚切り豚カルビ焼肉定食	917	26.4	46.5	87.9	2.7	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	△	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	厚切り豚カルビ焼肉単品	513	18.3	44.3	2.9	1.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	厚切り豚カルビW焼肉定食	1,430	44.7	90.8	90.8	3.7	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	△	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	厚切り豚カルビ焼肉W単品	1,026	36.6	88.6	5.9	2.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	—	△	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙り焼鮭定食	698	25.7	24.0	91.0	5.6	○	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	スタミナ厚切り豚カルビ焼肉定食	982	29.0	47.0	99.5	5.3	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	○	○	—	—	—	—	○	—	○	—	—
	スタミナ厚切り豚カルビ焼肉単品	578	20.9	44.9	14.6	3.7	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	○	○	—	—	—	—	○	—	○	—	—
	スタミナ厚切り豚カルビW焼肉定食	1,560	49.9	91.9	114.1	9.0	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	○	○	—	—	—	—	○	—	○	—	—
	スタミナ厚切り豚カルビ焼肉W単品	1,156	41.8	89.8	29.2	7.4	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—	○	○	○	—	—	—	—	○	—	○	—	—
	牛焼肉ピリ辛炒め定食	805	22.9	32.0	104.2	5.0	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	牛焼肉ピリ辛炒め単品	401	14.8	29.8	19.3	3.4	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	牛焼肉ピリ辛炒め定食W	1,202	37.6	61.5	123.5	8.4	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	牛焼肉ピリ辛炒めW単品	798	29.5	59.3	38.6	6.8	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	ブルコギ定食	796	25.6	29.6	104.3	5.5	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	ブルコギ単品	392	17.5	27.4	19.4	3.9	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	ブルコギ定食W	1,185	43.0	56.7	123.5	9.3	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	ブルコギ単品W	781	34.9	54.6	38.6	7.7	○	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	うまトマハンバーグ定食	986	36.1	39.7	112.5	6.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	うまトマハンバーグ(単品)	582	28.0	37.5	27.6	4.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	牛肉のうまトマあいがけハンバーグ定食	1,141	41.1	54.0	114.2	6.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	牛肉のうまトマあいがけハンバーグ(単品)	737	33.0	51.8	29.3	5.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	チーズうまトマハンバーグ定食	1,145	44.3	53.0	114.1	7.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	チーズうまトマハンバーグ(単品)	741	36.2	50.9	29.2	5.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—

	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	煮込みビーフシチューハンバーグ定食ポテサラ	1,354	40.7	71.9	127.4	8.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—
	煮込みビーフシチューハンバーグ ポテサラ	1,330	39.5	71.7	122.2	8.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—
	煮込みビーフシチューハンバーグポテサラ(単品)	950	32.6	69.8	42.5	6.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—
	牛豆腐キムチチゲセット	877	31.4	34.4	106.0	6.7	○	—	○	—	—	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牛豆腐キムチチゲ(単品)	462	20.5	28.9	29.8	6.6	○	—	—	—	—	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牛豆腐キムチチゲ牛カルビ焼肉セット	1,336	53.3	73.1	112.0	8.5	○	—	○	—	—	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牡蠣入り牛豆腐キムチチゲセット	905	34.7	35.4	108.3	7.3	○	—	○	—	—	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牡蠣入り牛豆腐キムチチゲ(単品)	489	23.8	29.9	32.1	7.1	○	—	—	—	—	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牡蠣入り牛豆腐キムチチゲ牛カルビ焼肉セット	1,364	56.5	74.2	114.3	9.1	○	—	○	—	—	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	定食ライス小盛変更(栄養成分増減分)	-109	-1.6	-0.2	-24.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	定食ライス大盛変更(栄養成分増減分)	168	2.5	0.3	37.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
定食ライス特盛変更(栄養成分増減分)	244	3.6	0.4	53.8	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
定食から生野菜セット(栄養成分増減分)	-344	-5.1	-0.6	-76.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
定食からライスセット(栄養成分増減分)	-24	-1.2	-0.2	-5.2	-0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
ロ カ ボ 推 進	牛焼肉生野菜セット	378	18.9	29.3	10.7	2.3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	カルビ焼肉生野菜セット	519	24.8	40.3	14.8	3.4	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	うまトマハンバーグ生野菜セット	641	31.0	39.1	36.5	6.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	△	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	牛肉のうまトマあいがけハンバーグ生野菜セット	796	36.0	53.3	38.1	6.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
モー ニ ン グ	チーズうまトマハンバーグ生野菜セット	800	39.2	52.4	38.0	7.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	ソーセージエッグ定食	564	17.5	14.1	86.6	3.1	—	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	ソーセージエッグW定食	652	23.2	20.8	86.8	3.3	—	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	豚汁朝定食	607	15.2	15.6	97.6	4.1	—	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	炙り焼鮭朝定食	520	20.0	9.6	84.8	4.0	—	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	Wで選べるたまごかけごはん	451	12.7	6.8	79.9	1.7	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	得朝牛皿定食	568	13.5	16.4	88.3	3.2	○	—	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	朝エッグ皿	165	9.8	12.1	2.9	0.7	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	得朝鶏そぼろ玉子丼(小盛)	449	20.4	9.2	67.4	5.4	○	—	○	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	得朝鶏そぼろ玉子丼(並盛)	559	22.0	9.4	91.5	5.4	○	—	○	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	得朝鶏そぼろ玉子丼(大盛)	881	38.6	16.8	135.9	8.4	○	—	○	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
<選べる小鉢>ミニ牛皿	160	5.3	14.3	2.6	0.7	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—
<選べる小鉢>納豆(ネギ付)	81	6.5	3.9	6.7	0.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
<選べる小鉢>国産とろろ	43	1.1	0.1	9.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	
<選べる小鉢>冷やっこ	90	7.3	4.7	4.8	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	

	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	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まっ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナツ	アーモンド
																																		
サイドメニュー	生玉子	71	5.8	4.8	0.1	0.2	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	半熟玉子	71	5.8	4.8	0.1	0.2	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	生野菜	24	1.2	0.2	5.2	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ポテサラ生野菜	116	2.3	5.9	14.4	0.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	お新香	34	1.0	0.1	7.3	1.8	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	キムチ	45	1.4	0.5	8.6	1.8	—	—	—	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	国産とろろ	43	1.1	0.1	9.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—
	冷やっこ	90	7.3	4.7	4.8	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	ポテサラ	92	1.0	5.6	9.2	0.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	牛皿(並)	299	9.8	26.9	4.3	1.1	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	牛皿(大盛)	377	12.4	33.7	6.0	1.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙り焼鮭	122	12.3	7.7	1.0	1.6	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	豚汁	243	9.2	14.9	17.6	3.2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	青ネギ	11	0.7	0.1	2.3	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	鬼おろし	8	0.2	0.1	2.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	納豆(ネギ付)	81	6.5	3.9	6.7	0.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	焼きのり	2	0.3	0.0	0.3	0.0	—	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	目玉焼き単品	88	5.8	6.7	0.1	0.2	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ソーセージ単品	68	3.5	5.3	0.8	0.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	たっぷりネギたま	131	7.5	7.3	8.5	1.8	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	ソーセージ&目玉焼き	156	9.3	12.0	0.9	0.7	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ソーセージ&半熟玉子	139	9.3	10.1	0.9	0.7	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ミニ牛皿	160	5.3	14.3	2.6	0.7	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	たっぷりチーズ	159	8.2	13.4	1.5	0.9	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ネギおろし	10	0.4	0.1	2.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙りチーズポテト	128	3.4	8.5	9.5	0.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ゼリー3個	59	0.0	0.0	14.7	0.1	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	—	○	△	—	—	△	—	—	—	△	—	○	—	○	—	—	—	—
	ライス(小盛)(みそ汁含まず)	235	3.5	0.4	51.9	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ライス(並盛)(みそ汁含まず)	344	5.1	0.6	76.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ライス(大盛)(みそ汁含まず)	512	7.6	0.9	113.2	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	ライス(特盛)(みそ汁含まず)	588	8.8	1.1	129.9	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	豆腐入り味噌汁	80	5.7	3.8	5.5	1.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	みそ汁	35	1.8	1.3	3.7	1.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
トップ・ベジ・セット	生野菜玉子セット(生玉子or半熟玉子)	95	7.0	5.1	5.3	0.2	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	豚汁玉子セット(生玉子or半熟玉子)	314	15.0	19.8	17.7	3.4	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	お新香玉子セット(生玉子or半熟玉子)	105	6.7	4.9	7.5	2.0	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	キムチ玉子セット(生玉子or半熟玉子)	115	7.2	5.3	8.7	1.9	—	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	国産とろろ生野菜セット	67	2.3	0.3	14.6	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—
	国産とろろ玉子セット(生玉子or半熟玉子)	113	6.8	4.9	9.5	0.2	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—
おこさまメニュー	ミニ牛皿玉子セット(生玉子or半熟玉子)	231	11.1	19.1	2.7	0.9	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	おこさま牛めしわくわくセット	609	12.8	23.2	84.7	1.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	△	○	—	—	○	○	○	—	△	—	○	—	○	○	—	—
	おこさまカレーわくわくセット	547	10.3	14.7	90.5	2.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	△	○	—	—	○	○	○	—	△	—	○	—	○	○	—	—
	マミー	91	0.8	0.0	22.1	0~0.1	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

	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 	まいたけ 	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 	
飲料	ブレンド茶	0	0.0	0.0	0.0	0.0~0.2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	アサヒスーパードライ	210	2.0	0.0	15.0	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	生ジョッキ缶	143	0.68~1.36	0.0	10.2	0~0.068	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	コカ・コーラ	158	0.0	0.0	39.6	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
調味料	醤油(5g)	4	0.4	0.0	0.5	0.7	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	紅生姜(5g)	1	0.0	0.0	0.2	0.3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	七味唐辛子(0.2g)	1	0.0	0.0	0.1	0.0	—	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—		
	フレンチドレッシング(30g)	163	0.1	16.3	3.4	0.7	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	
店舗限定	ごまドレッシング(25g)	69	0.8	5.1	5.2	0.9	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	
	焼肉のタレ(ポン酢)(20g)	16	0.8	0.0	2.8	1.5	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	
	焼肉のタレ(新バーベキュー)(20g)	27	1.0	0.6	4.1	1.2	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	
	焼肉のタレ甘口(カルビソース)(20g)	34	0.6	0.0	7.6	1.2	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	
	創業ビーフローズかつカレー	1,211	36.8	59.2	126.7	5.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	○	○	—	△
	豆乳プリン	134	4.6	3.5	22.6	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	
	焙煎胡麻ドレッシング(25gあたり)	80	1.1	6.6	4.5	1.0	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	
	特製ダレ漬け込み鬼おろしポン酢豚肩ロースかつ定食	1,331	57.9	50.8	153.1	10.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	△	—	○	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
	いぶりがっこ牛めし(小盛)	598	19.8	28.0	63.3	3.9	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
	いぶりがっこ牛めし(並盛)	778	23.8	34.1	89.2	4.3	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
	いぶりがっこ牛めし(大盛)	1,024	29.0	41.1	128.0	4.8	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
	いぶりがっこ牛めし(特盛)	1,329	37.7	61.5	148.8	5.8	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
いぶりがっこ牛めし(あたま大盛)	856	26.5	40.8	90.9	4.8	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
フォーポイント・キッチンホテル	スペシャル和朝食A 焼鮭(ドリンク含まず)	862	37.4	31.1	103.6	6.3	○	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	—	○	—	—	○	—
	和朝食A 焼鮭	591	25.7	14.5	84.9	4.2	—	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—
	スペシャル和朝食B ソーセージエッグ(ドリンク含まず)	1,061	44.6	46.2	111.4	6.1	○	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	○	—	—	○	—
	和朝食B ソーセージエッグ	706	27.2	23.4	90.5	3.4	—	—	○	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	○	—	—	○	—
	スペシャル洋朝食C ス克蘭ブルエッグ(ドリンク含まず)	746	30.6	35.5	71.0	3.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—
	洋朝食C ス克蘭ブルエッグ	548	23.5	25.5	52.1	2.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	スペシャル洋朝食D ソーセージエッグ(ドリンク含まず)	724	30.5	33.3	70.8	3.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—
	洋朝食D ソーセージエッグ	527	23.4	23.3	51.9	2.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—
	バター(1個)	37	0.0	4.1	0.0	0.1	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
ジャム(1個)	36	0.0	0.0	9.0	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
ケチャップ(1袋)	10	0.2	0.0	2.3	0.3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	

	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	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	パ ナ ナ	ご ま	カ シ ュ ー ナ ツ	ア ー モ ン ド
沖縄店舗	【朝】ソーセージエッグ定食	639	18.0	19.7	92.2	2.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【朝】ソーセージエッグW定食	728	23.8	26.4	92.4	2.9	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【朝】得朝牛皿定食	643	14.0	22.0	93.9	2.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【朝】豚汁朝定食	682	15.6	21.4	102.9	3.8	○	—	○	○	△	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【朝】焼鮭定食	596	20.5	15.3	90.3	3.6	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	【朝】たまごかけ朝定食(生玉子or半熟玉子)	451	12.7	6.8	79.9	1.7	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	旨辛玉子ソーセージ丼	701	22.6	27.0	84.9	3.3	○	—	○	—	—	○	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—
	牛豆腐キムチチゲセット(沖縄)	871	30.2	34.1	106.1	7.0	○	—	○	—	△	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牛豆腐キムチチゲセット(単品・沖縄)	456	19.3	28.7	29.9	6.8	○	—	—	—	△	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牛豆腐キムチチゲ牛カルビ焼肉セット(沖縄)	1,330	52.1	72.9	112.0	8.8	○	—	○	—	△	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牡蠣入り牛豆腐キムチチゲセット(沖縄)	898	33.5	35.2	108.4	7.5	○	—	○	—	△	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牡蠣入り牛豆腐キムチチゲセット(単品・沖縄)	483	22.6	29.7	32.2	7.4	○	—	—	—	△	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	牡蠣入り牛豆腐キムチチゲ牛カルビ焼肉セット(沖縄)	1,357	55.3	74.0	114.3	9.3	○	—	○	—	△	○	△	—	—	○	—	—	—	○	—	—	○	○	○	—	—	—	○	○	—	○	—	—
	チミチュリハンバーグ定食	1,126	30.1	59.7	110.0	9.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	チミチュリハンバーグ単品	722	21.9	57.6	25.1	7.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	チミチュリエッグハンバーグ定食	1,214	35.8	66.4	110.1	9.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	チミチュリエッグハンバーグ単品	810	27.7	64.3	25.2	7.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	チミチュリチーズハンバーグ定食	1,285	38.2	73.1	111.5	10.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	チミチュリチーズハンバーグ単品	881	30.1	70.9	26.6	8.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—
	スタミナ豚カルビ生姜焼定食	1,246	30.2	72.2	108.3	5.7	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	○	—	○	△	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—
	スタミナ豚カルビ生姜焼(単品)	842	22.1	70.1	23.4	4.1	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	○	—	○	△	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—
	スタミナ豚カルビ生姜焼W定食	1,949	52.1	127.4	130.6	9.5	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	○	—	○	△	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—
	スタミナ豚カルビ生姜焼W(単品)	1,545	44.0	125.3	45.7	7.9	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	△	○	—	○	△	○	—	—	—	○	—	○	—	—	—
	豆腐入り味噌汁(沖縄)	77	5.1	3.7	5.5	1.7	—	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	豚汁(沖縄)	243	9.1	15.1	17.3	3.3	—	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	豚汁玉子セット(生玉子or半熟玉子)(沖縄)	314	14.9	20.0	17.4	3.5	—	—	○	—	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	豚汁生野菜セット(沖縄)	267	10.3	15.3	22.4	3.4	—	—	—	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	炙り焼鮭定食(沖縄)	895	30.3	42.2	94.7	4.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	得朝鶏そぼろ玉子丼(小盛)(沖縄)	478	20.4	12.0	68.3	4.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	得朝鶏そぼろ玉子丼(並盛)(沖縄)	588	22.0	12.2	92.5	4.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—
	得朝鶏そぼろ玉子丼(大盛)(沖縄)	910	38.6	19.6	136.8	7.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	○	○	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—