

各メニューの主要栄養成分及びアレルギー一覧表

カテゴリ	料理名	時間帯	タンパク質g	脂質g	炭水化物g	食塩相当量g	ノンアレルギー	卵	小麦	そば	落花生	乳	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	大豆	クルミ	くるみ	ごま	あわび	いか	いくら	さけ	さば	オレンジ	スイカ	バナナ	もも	りんご	まつたけ	やまいも	ゼラチン		
牛 (付け合せ抜き)	サーロインステーキ 120g	ランチ	15.6	51.1	1.8	0.5	1.1								●																					
	オリジナルランチステーキ150g	ランチ	23.2	23.7	4.6	0	1.8		●	●		●			●	●	●	●				●									●		●			
	黒毛和牛サーロインステーキ150g	全日	19.5	63.9	2.0	0.5	1.3								●																					
	黒毛和牛サーロインステーキ200g	全日	26.0	85.1	2.2	0.5	1.8								●																					
	黒毛和牛ステーキ150g	全日	28.8	22.6	2.0	0.5	1.3								●																					
	国産牛サーロインステーキ150g	全日	15.9	42.0	2.1	0.5	1.3								●																					
	国産牛サーロインステーキ200g	全日	21.2	55.9	2.4	0.5	1.8								●																					
	国産牛サーロインステーキ300g	全日	31.7	83.8	3.0	0.5	2.6								●																					
	プライムリブステーキ150g	全日	30.4	23.6	9.2	0.5	2.0								●																					
	プライムリブステーキ200g	全日	40.5	31.3	9.5	0.5	2.4								●																					
	プライムリブステーキ300g	全日	60.6	46.7	10.1	0.5	3.3								●																					
	サーロインステーキ150g	全日	28.8	24.9	2.1	0.5	1.3								●																					
	サーロインステーキ200g	全日	38.4	33.1	2.4	0.5	1.8								●																					
	サーロインステーキ300g	全日	57.5	49.6	3.0	0.5	2.6								●																					
	サーロインステーキ450g	全日	86.2	74.4	4.0	0.5	3.9								●																					
	※ 和風カットステーキ120g	全日	16.3	51.5	7.6	0.6	1.6								●								●													
	※ 和風カットステーキ180g	全日	16.5	51.6	9.5	0.8	2.2								●									●												
	※ ガーリックカットステーキ120g	全日	15.1	58.7	2.5	0.1	1.1								●																					
	※ ガーリックカットステーキ180g	全日	22.9	84.3	2.9	0.1	1.6								●																					
	ステーキ150g	全日	30.9	7.3	2.0	0.5	1.3								●																					
	ステーキ200g	全日	41.2	9.7	2.2	0.5	1.8								●																					
	ステーキ300g	全日	61.7	14.5	2.5	0.5	1.9								●																					
フィレとホタテのあさくまステーキ	全日	43.7	24.0	3.5	0.5	2.0		●	●		●			●	●	●	●															●		●		
ミックスステーキ	全日	37.6	7.8	4.6	0.5	2.2							●		●	●	●																			

ハンバーグ (付け合せ抜き)	※ 和風ハンバーグ	ランチ	23.2	17.7	16.7	0.5	2.2		●	●		●			●	●	●																					
	※ おろしハンバーグ	ランチ	22.9	17.3	12.5	0.4	2.7		●	●		●			●	●	●	●														●		●		●		
	※ デミハンバーグ	ランチ	24.6	18.2	11.0	0.2	1.7		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ トマトハンバーグ	ランチ	31.8	25.6	16.4	0.0	2.9		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ あさくまチーズハンバーグ	ランチ	29.6	34.6	11.8	2.9	2.7		●	●		●			●	●	●	●																				
	あさくまハンバーグ	全日	25.7	31.0	8.8	2.9	1.6		●	●		●			●	●	●	●																				
	和牛ハンバーグ	全日	26.3	32.6	8.6	2.3	1.1		●	●		●			●	●	●	●																				
	学生ハンバーグ	全日	26.9	40.5	3.2	2.5	2.8		●	●		●			●	●	●	●																				
	大学生ハンバーグ	全日	53.8	81.1	6.5	5.0	5.7		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ 和風ハンバーグ	ディナー	27.7	21.1	18.6	0.5	2.5		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ ラタトゥユハンバーグ	全日	31.8	25.6	16.4	0.0	2.9		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ 照り焼きハンバーグ	全日	28.0	23.0	23.7	1.0	2.6		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ オニオンスープハンバーグ	全日	36.6	27.7	34.7	1.8	4.6		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ ダブルハンバーグ	全日	42.5	38.9	20.5	2.6	3.3		●	●		●			●	●	●	●																				
USプレミアムハンバーグ	フェア	27.3	36.4	13.1	0.5	1.6		●	●		●			●	●	●	●																					

チキン・トンテキ (付け合せ抜き)	※ チキンステーキ焼	ランチ	33.6	28.5	9.2	0.0	2.7								●	●	●																					
	※ チキンステーキおろし	ランチ	33.8	28.5	6.1	0.4	3.2								●	●	●	●																				
	※ チキンステーキマトチーズ	ランチ	34.0	28.5	6.1	0.4	2.4					●			●	●	●	●																				
	※ トンテキマレーナおろし	ランチ	24.2	28.3	10.6	0.4	3.9								●	●	●	●																				
	※ トンテキマレーナ茄子トマト	ランチ	25.4	31.5	18.3	1.1	4.1		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ トンテキマレーナジンジャー	ランチ	24.0	36.0	12.7	0.0	3.7								●	●	●	●																				
	※ トンテキマレーナおろしポン酢	全日	24.2	28.3	10.6	0.4	3.9								●	●	●	●																				
	※ トンテキマレーナ茄子とれんげしの名吉屋味噌	全日	26.8	31.2	21.2	1.7	4.8		●	●		●			●	●	●	●																				
	※ トンテキマレーナガーリックバターソース	全日	23.8	36.0	12.4	0.1	3.6								●	●	●	●																				
	※ チキンステーキラタトゥユチーズ	全日	38.2	33.3	8.3	0.0	3.1								●	●	●	●																				
	※ チキンステーキおろしポン酢	全日	33.8	28.5	6.1	0.4	3.2								●	●	●	●																				
	※ チキンステーキ茄子とれんげしの名吉屋味噌	全日	36.5	31.4	16.7	1.7	4.1								●	●	●	●																				
※ チキンステーキガーリックバターソース	全日	33.4	3																																			

カテゴリー	料理名	タンパク質g	脂質g	炭水化物g	食物繊維g	食塩相当量g	ノンアレルギー	卵	小麦	そば	落花生	乳	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	大豆	コーンフレーク	くるみ	ごま	あわび	いか	いくら	さけ	さば	オレシジ	キウイフルーツ	バナナ	もも	りんご	まつたけ	やまいも	ゼラチン			
サラダバー サラダバー商品の主要栄養成分は 100g当りの数値です。	カレー	5.5	6.6	9.4	0.4	1.7			●			●			●	●	●	●													●		●				
	コーンスープ	2.4	3.2	11.2	0.7	0.6			●			●																									
	ライス	2.8	0.4	35.7	0.2	0	●																														
	ガーリックライス	4.5	12.5	58.0	0.8	1.3			●										●																		
	十五穀米	7.3	1.9	31.2	3.9	0			●	●									●																		
	トマト&ガーリックドレッシング	0.5	13.2	14.1		3.4	●																														
	青じそドレッシング	2.3	0.1	22.1		7.2			●										●																		
	胡麻クリームドレッシング	2.5	26.9	16.1		3.2		●	●										●			●															
	玉葱ドレッシング	0.5	19.3	15.1		3.5			●										●																		
	キャロットタイムドレッシング	0.1	18.3	17.6		3.0	●																														
	あさくまドレッシング	1.3	32.7	12.7					●										●		●																
	シーザードレッシング	0.8	21.1	18.2	0	3.0		●					●																								
	フレンチドレッシング	0.1	41.9	5.9	0	3.0		●											●																		
	旨塩ドレッシング	2.4	1.1	15.3	0.9	6.4												●																			
	ソフトクリーム	2.7	5.7	20.3	0	0.2							●						●																		
	抹茶ソース	0.3	0	72.3		0	●																														
	ストロベリーソース	0.1	0	44.8		0	●																														
	バナナソース	0.1	0	36.8		0																															
	ぶどうソース	0.2	0	51.1		0.2																															
	メープル風シロップ	0	0	65.7		0.0	●																														
	紅茶ソース	0.1	0	69.3	0	0	●																														
	ワッフル生地	4.1	3.8	23.3	0	0.4			●				●																								
	カスタードクリーム	4.7	13.9	62.7	0	0.4		●	●				●						●																		
	ゆであずき	4.4	0.4	49.2	3.4	0.2													●																		
	ホイップ	2.0	27.5	37.0	0	0.1							●						●																		
	黒蜜シロップ	0.1	0	66.3	0	0	●																														
	チョコソース	2.5	1.2	62.7		0.2	●																														
	カラメルソース	0	0	67.8		0	●																														
きな粉	35.5	23.4	31.0	16.9	0													●																			
コーンフレーク	7.8	1.7	83.6	2.4	2.1													●																			
フルーツカクテル	0.4	0.1	16.3	1.0	0																																

サラダバーの内容は店舗により違うことがあります。予めご了承くださいませ。