

# つきじ海濱 カロリー情報

## 桶メニュー

商品番号	商品名	カロリー (kcal)
吟撰5	吟撰 5人前	3,267
極上5	極上 5人前	2,658
特上5	特上 5人前	2,861
彩5	彩 5人前	2,628
舞5	舞 5人前	2,415
吟撰4	吟撰 4人前	2,541
極上4	極上 4人前	2,126
特上4	特上 4人前	2,289
彩4	彩 4人前	2,102
舞4	舞 4人前	2,000
吟撰3	吟撰 3人前	2,004
極上3	極上 3人前	1,595
特上3	特上 3人前	1,717
彩3	彩 3人前	1,577
舞3	舞 3人前	1,585
吟撰2	吟撰 2人前	1,280
極上2	極上 2人前	1,063
特上2	特上 2人前	1,144
彩2	彩 2人前	1,051
舞2	舞 2人前	1,000
吟撰1	吟撰 1人前	602
極上1	極上 1人前	532
特上1	特上 1人前	572
彩1	彩 1人前	526
舞1	舞 1人前	585
寿11	寿 極上	414
寿12	寿 特上	426

## お好みメニュー

商品番号	商品名	カロリー (kcal)
B8	まぐろにぎり	479
B9	まぐろづくし	641
B10	お子様すし	443
B11	海濱重	702

## 海鮮丼・うなぎメニュー

商品番号	商品名	カロリー (kcal)
丼2	特上ちらし丼	714
丼3	上ちらし丼	673
丼4	あられ丼	729
丼5	ねぎとろ丼	836
丼7	鉄火丼	580
丼15	ぜいたく5色丼	709
C13	うなぎ重 (国産)	961
C14	うなぎ重 (輸入)	961

※手作りの為、実際の商品では数値に誤差が出る場合もございますので、あくまでも『目安』としてご利用下さい。  
 ※丼大盛は+168kcal、ランチ大盛は+134kcal増しになります。  
 ※ランチそば大盛り+105kcal、ランチうどん大盛り+84kcal

## サイドメニュー

商品番号	商品名	カロリー (kcal)
S1	シーザーサラダ	205
S4	茶碗蒸し	64
S5	カニ茶碗蒸し	72
S6	かけそば	220
S7	かけうどん	202
S8	チキン唐揚げ	291
S9	大学いも	279
S10	まぐろ山かけ	98
S12	温泉玉子	88
S13	とろろ	22
S15	カルパッチョサラダ	134

## デザート・ドリンクメニュー

商品番号	商品名	カロリー (kcal)
D1	おーい! お茶	0
D2	とろとろプリン	145
D3	バニラアイス	163
D6	クリームチーズ大福	125
D7	ラムネ	98

## 天ぷらメニュー

商品番号	商品名	カロリー (kcal)
F1	天ぷら3種盛り合せ	140
F2	天ぷら5種盛り合せ	191
F3	海老天重	679
F4	海鮮天重	704
F5	寿司幕の内	813
F6	幕の内	565
F8	フライドポテト	475
F9	チキンバスケット	765
F12	うなぎ幕の内	888
F14	冷やし小天そば	226
F15	天ぷらとざるそばのセット	436

商品番号	商品名	カロリー (kcal)
M1	特製太巻	850
M2	生太巻	758
M3	サーモンサラダ巻(中巻)	461
M4	トロたく巻(中巻)	393
M5	鉄火巻	170
M7	ねぎとろ巻	207
M8	かつぱ巻	147
M9	納豆巻	176
M10	かんぴょう巻	174
M11	玉子巻	175
M12	梅しそ巻	157
M13	おしんこ巻	149
M14	いなり	114
M16	極上サバの棒寿司	885
M17	イカの棒寿司	422
M18	穴子の棒寿司	639
M19	鉄火巻3本	514

## ランチメニュー

商品番号	商品名	カロリー (kcal)	
ランチ1	海濱にぎりセット	そば	498
		うどん	491
ランチ2	にぎりセット	そば	507
		うどん	511
ランチ3	ちらしセット	そば	661
		うどん	653
ランチ4	あられセット	そば	667
		うどん	659
ランチ5	ねぎとろセット	そば	731
		うどん	723
ランチ7	鉄火セット	そば	599
		うどん	591
ランチ12	ランチにぎり	-	593
ランチ14	うなぎ丼セット	そば	730
		うどん	723
ランチ15	天丼セット	そば	678
		うどん	671
ランチ16	海鮮かき揚げ丼セット	そば	895
		うどん	888

# つきじ海濱 アレルギー情報

●=原材料に含まれます      △=店舗厨房で調理設備を共有しています

商品名	卵	乳	小麦	そば	落花生	海老	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	鮭	さば	大豆	鶏肉	豚肉	マツタケ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	米
5人前	【吟撰5】吟撰5人前	●	△	●	△	●	●		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【極上5】極上5人前	△	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【特上5】特上5人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【彩5】彩5人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【舞5】舞5人前	●	△	●	△	●	△		△	●					△	△	●	△	●			△	●	△			●	●
4人前	【吟撰4】吟撰4人前	●	△	●	△	●	●		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【極上4】極上4人前	△	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【特上4】特上4人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【彩4】彩4人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【舞4】舞4人前	●	△	●	△	●	△		△	●					△	△	●	△	●			△	●	△			●	●
3人前	【吟撰3】吟撰3人前	●	△	●	△	●	●		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【極上3】極上3人前	△	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【特上3】特上3人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【彩3】彩3人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【舞3】舞3人前	●	△	●	△	●	△		△	●					△	△	●	△	●			△	●	△			●	●
2人前	【吟撰2】吟撰2人前	●	△	●	△	●	●		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【極上2】極上2人前	△	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【特上2】特上2人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【彩2】彩2人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【舞2】舞2人前	●	△	●	△	●	△		△	●					△	△	●	△	●			△	●	△			●	●
1人前	【吟撰1】吟撰1人前	△	△	●	△	●	●		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【極上1】極上1人前	△	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【特上1】特上1人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【彩1】彩1人前	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【舞1】舞1人前	●	△	●	△	●	△		△	●					△	△	●	△	●			△	●	△			●	●
お好み	【寿11】寿 極上	△	△	●	△	●	●		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【寿12】寿 特上	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【B8】まぐろにぎり	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	△	△	△			△	△	△			△	●
	【B9】まぐろづくし	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	△	△	△			△	△	△			△	●
	【B10】お子様ずし	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	●	△			●	●
丼	【B11】海濱重	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【丼2】特上ちらし丼	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【丼3】上ちらし丼	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	●	△			△	●
	【丼4】あられ丼	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【丼5】ねぎとろ丼	●	△	●	△	●	△		△	●					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
うどん	【丼7】鉄火丼	●	△	●	△	●	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【丼15】ぜいたく5色丼	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【C13】うな重 (国産)	△	△	●	△	△	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【C14】うな重 (輸入)	△	△	●	△	△	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【ランチ1】海濱にぎり	●	△	●	△	●	●		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
ランチ	【ランチ2】にぎり	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			●	●
	【ランチ3】ちらし	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	●	△			△	●
	【ランチ4】あられ	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【ランチ5】ねぎとろ	●	△	●	△	●	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【ランチ7】鉄火	●	△	●	△	●	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
巻物	【ランチ12】ランチにぎり	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	●	△			△	●
	【ランチ14】うな丼	△	△	●	△	△	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【ランチ15】天丼	●	△	●	△	●	△		△	△					△	●	●	△	△			△	●	△			△	●
	【ランチ16】海鮮かき揚げ丼	●	△	●	△	●	△		△	△					△	●	●	△	△			△	●	△			△	●
	ランチセットうどん	△	△	●	△	△	△		△	△					△	●	●	△	△			△	△	△			△	△
サイドメニュー	ランチセットそば	△	△	●	△	△	△		△	△					△	●	●	△	△			△	△	△			△	△
	【M1】特製太巻	●	△	●	△	●	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【M2】生太巻	●	△	●	△	●	△		△	●					●	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【M3】サーモンサラダ巻	●	△	●	△	△	●		△	△					●	△	●	△	△	●			△	●	△		△	●
	【M4】トロたく巻	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	△	△	△			△	△	△			△	●
デザート	【M5】鉄火巻	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	△	△	△			△	△	△			△	●
	【M7】ねぎとろ巻	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	△	△	△			△	△	△			△	●
	【M8】かっぱ巻	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	△	△	△			△	△	△			△	●
	【M9】納豆巻	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【M10】かんぴょう巻	△	△	●	△	△	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
天ぷら・幕の内	【M11】玉子巻	●	△	●	△	△	△		△	△					△	△	●	△	△			△	△	△			△	●
	【M12】梅しそ巻	△	△	△	△	△	△		△	△					△	△	●											