

※アレルギー・栄養情報を一覧でご覧いただけます。栄養成分は目安です。

※ご膳の栄養成分は、小鉢が卵焼き・ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合です。それ以外の小鉢の組み合わせに関しては、「その他」の区分のデータをもとに計算をお願いします。

※おにぎりセットの栄養成分は、中身が梅と鮭の場合です。それ以外の組み合わせに関しては、「おにぎり」の区分のデータをもとに計算をお願いします。

No.	区分	商品名	単位	栄養成分（推定値）					アレルギー（特定原材料7品目）	摘要
				エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量		
1	白飯	釜炊きご飯	1釜	435.6	7.7	1.3	98.6	0.0		
2	白飯	茶碗ご飯(中)	1杯	418.5	7.4	1.2	94.7	0.0		
3	白飯	茶碗ご飯(小)	1杯	268.0	4.8	0.8	60.5	0.0		
4	丼	いくら丼	1人前	599.3	35.9	12.0	87.4	4.0	小麦	味噌汁、漬物を含む
5	ご膳	銀シャリご膳	1セット	582.3	18.3	7.5	118.5	2.7	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
6	ご膳	銀ダラご膳	1セット	793.9	34.3	20.9	124.1	3.7	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
7	ご膳	時鮭ご膳	1セット	814.3	44.3	18.4	124.6	3.6	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
8	ご膳	秋鮭酒粕漬ご膳	1セット	691.5	35.2	10.3	123.8	3.9	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
9	ご膳	焼き鯖ご膳	1セット	1,107.4	45.7	48.0	122.0	4.1	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
10	ご膳	サモハス焼きご膳	1セット	1,051.3	42.8	47.6	122.1	5.8	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
11	ご膳	縞ホッケご膳	1セット	853.3	62.9	15.1	125.6	5.7	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
12	ご膳	いわし明太ご膳	1セット	899.5	49.9	26.9	123.6	6.6	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
13	ご膳	鯖味噌煮ご膳	1セット	1,108.3	45.1	46.3	141.9	6.5	卵・小麦	小鉢が卵焼き、ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合
14	ご膳	ロース漬け焼きご膳	1セット	1,064.0	41.3	46.5	129.1	4.5	卵・乳成分・小麦	小鉢が卵焼き、ひじき煮の場合
15	ご膳	鳥唐揚げご膳	1セット	1,295.9	57.0	67.3	125.7	3.1	卵・乳成分・小麦	小鉢が卵焼き、ひじき煮の場合
16	ご膳	牡蠣フライご膳	1セット	1,102.8	28.5	46.3	150.7	5.5	卵・乳成分・小麦	小鉢が卵焼き、ひじき煮の場合
17	ご膳	大海老フライご膳	1セット	1,160.2	42.7	49.0	145.6	6.5	卵・乳成分・小麦	小鉢が卵焼き、ひじき煮の場合
18	釜飯	とり釜飯	1セット	821.6	34.6	21.9	125.4	1.6	卵・小麦・乳成分	ダシ茶漬けセットは含まず
19	釜飯	うなぎ釜飯	1セット	841.7	35.4	22.5	123.9	2.6	卵・小麦・乳成分	ダシ茶漬けセットは含まず
20	釜飯	鮭いくら釜飯	1セット	646.4	27.5	5.0	124.7	3.3	卵・小麦・乳成分	ダシ茶漬けセットは含まず
21	釜飯	カニ釜飯	1セット	629.2	25.8	5.2	120.4	2.9	卵・小麦・乳成分・かに	ダシ茶漬けセットは含まず
22	釜飯	梅シラス釜飯	1セット	600.8	21.0	2.4	122.9	3.4	卵・小麦	ダシ茶漬けセットは含まず
23	おにぎり	かつおおにぎり	1個	262.0	6.8	0.9	57.8	1.8	小麦	
24	おにぎり	南高梅おにぎり	1個	260.5	5.1	0.8	59.3	1.9		
25	おにぎり	鮭おにぎり	1個	273.7	8.6	1.5	57.6	2.0		
26	おにぎり	昆布おにぎり	1個	271.0	5.9	1.2	61.1	2.3		
27	おにぎり	タラコおにぎり	1個	272.0	8.1	1.3	58.0	2.1		
28	おにぎり	筋子おにぎり	1個	303.9	10.8	3.5	58.2	2.3		
29	おにぎり	おにぎりセット	1セット	872.6	40.8	24.7	137.0	5.3	卵・小麦	梅と鮭が選択された場合
30	メイン	銀ダラ二段仕込（単品）	1皿	211.6	16.0	13.4	5.6	1.0		大根おろしを含む
31	メイン	時鮭二段仕込み（単品）	1皿	232.0	26.0	10.9	6.1	0.9		大根おろしを含む
32	メイン	秋鮭酒粕漬（単品）	1皿	109.2	16.9	2.8	5.3	1.2		大根おろしを含む
33	メイン	焼き鯖（単品）	1皿	525.1	27.4	40.5	3.5	1.3		大根おろしを含む
34	メイン	サモハス焼き（単品）	1皿	469.0	24.5	40.1	3.7	3.0		大根おろしを含む
35	メイン	縞ホッケ（単品）	1皿	271.0	44.6	7.6	7.1	2.9		大根おろしを含む
36	メイン	いわし明太（単品）	1皿	317.2	31.6	19.4	5.1	3.9		2尾、大根おろしを含む
37	メイン	鯖味噌煮（単品）	1皿	263.0	13.4	19.4	11.7	1.9	小麦	
38	メイン	ロース漬け焼き（単品）	1皿	502.3	24.8	39.7	23.2	2.2	卵・乳成分・小麦	キャベツ、レタス、マカロニサラダ、マヨネーズを含む
39	メイン	鳥唐揚げ（単品）	1皿	734.3	40.5	60.6	9.7	0.8	卵・乳成分・小麦	
40	メイン	牡蠣フライ（単品）	1皿	541.2	12.0	39.5	34.6	3.2	卵・乳成分・小麦	
41	メイン	大海老フライ（単品）	1皿	598.5	26.2	42.2	29.6	4.2	卵・乳成分・小麦	キャベツ、レタス、マカロニサラダ、タルタルソースを含む

※アレルギー・栄養情報を一覧でご覧いただけます。栄養成分は目安です。

※ご膳の栄養成分は、小鉢が卵焼き・ほうれん草胡麻和え、ひじき煮の場合です。それ以外の小鉢の組み合わせに関しては、「その他」の区分のデータをもとに計算をお願いします。

※おにぎりセットの栄養成分は、中身が梅と鮭の場合です。それ以外の組み合わせに関しては、「おにぎり」の区分のデータをもとに計算をお願いします。

No.	区分	商品名	単位	栄養成分（推定値）					アレルギー（特定原材料7品目）	摘要
				エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量		
42	単品	みそ汁	1杯	19.0	1.2	0.5	2.6	1.0	小麦	
43	単品	元気な生卵	1個	71.0	6.1	5.1	0.2	0.2	卵	
44	単品	厚焼き卵	1皿	217.5	17.5	14.6	26.2	1.2	卵	
45	単品	袷入り厚焼き卵	1皿	220.7	17.6	14.6	26.9	1.2	卵	
46	単品	野菜サラダ（胡麻ドレッシング）	1鉢	105.0	2.2	7.5	8.7	1.2	卵・小麦	
47	単品	野菜サラダ（青じそドレッシング）	1鉢	37.0	2.1	0.3	8.0	1.1	小麦	
48	単品	十勝男爵のポテタ	1鉢	192.6	3.0	9.5	23.6	1.8	卵	
49	単品	たっぷりシラスおろし	1鉢	21.3	2.6	0.1	3.2	0.4		
50	単品	たっぷりマメおろし	1鉢	23.8	1.1	0.2	5.6	0.8	小麦	
51	単品	紀州南高梅	1個	15.0	0.2	0.0	3.7	0.8		
52	単品	魚屋お勧めのタラコ	1皿	31.8	5.0	0.9	0.9	1.1		
53	単品	一口筋子醤油漬け	1皿	51.0	5.8	2.7	0.8	0.8		
54	単品	中札内の枝豆	1鉢	104.8	10.9	2.3	10.1	0.4		
55	単品	十勝の長芋とろろ	1鉢	52.5	2.0	0.2	11.5	0.1		
56	単品	函館の塩辛	1鉢	36.4	5.6	0.6	1.8	2.1		
57	単品	白菜キムチ	1鉢	18.0	0.7	0.2	3.8	1.5	かに	
58	単品	冷奴	1鉢	89.8	8.2	4.5	3.5	0.0		長ネギ、生姜、花かつおを含む
59	単品	納豆	1鉢	71.7	6.0	3.8	5.0	0.0		長ネギを含む
60	単品	沖縄産もずく酢	1鉢	19.2	0.4	0.1	4.3	0.8	小麦	スライス胡瓜、おろし生姜を含む
61	ドリンク	キリン一番搾り(中瓶)	1本	200.0	2.0	0.0	13.5	0.0		
62	ドリンク	冷酒(男山1合)	1合	196.0	0.7	0.0	8.8	0.0		
63	ドリンク	燗酒(男山1合)	1合	196.0	0.7	0.0	8.8	0.0		
64	ドリンク	芋焼酎(一刻者)	1杯	84.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
65	ドリンク	麦焼酎(二階堂)	1杯	84.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
66	ドリンク	ノンアルコールビール	1本	30.1	0.3	0.0	7.3	0.0		
67	ドリンク	ウーロン茶	1杯	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
68	ドリンク	オレンジジュース	1杯	87.4	1.3	0.0	20.5	0.0		
69	ドリンク	コーラ	1杯	85.5	0.0	0.0	21.5	0.0		
70	ドリンク	コーヒー(ホット)	1杯	9.0	0.4	0.4	1.3	0.0		砂糖・クリームは容器に記載
71	ドリンク	コーヒー(アイス)	1杯	7.6	0.8	0.0	1.1	0.1		ガムシロップ・クリームは容器に記載
72	その他	ダシ茶漬けセット	1セット	42.6	8.1	0.3	2.6	0.6	小麦	刻み海苔、しば漬け、万能ねぎを含む
73	その他	おつまみ小魚	1皿	16.6	3.2	0.3	0.0	0.2		酒類の肴（無料）
74	その他	小鉢（玉子焼き）	1鉢	56.7	4.7	3.7	7.0	0.3	卵・小麦	
75	その他	小鉢（ほうれん草胡麻和え）	1鉢	20.6	1.8	0.7	2.5	0.4	乳成分・小麦	
76	その他	小鉢（ひじき煮）	1鉢	31.1	1.7	0.8	5.2	1.0	小麦	
77	その他	小鉢（切干大根）	1鉢	24.6	0.9	0.4	4.6	0.5	小麦	
78	その他	小鉢（高野豆腐）	1鉢	10.5	0.1	0.0	2.4	0.7	小麦	
79	その他	小鉢（冷奴）	1鉢	21.6	1.9	1.1	0.9	0.0		