



カロリー・タンパク質・塩分等 一覧表

カロリー・塩分等の数値は、検査機関での分析値又は、「日本食品標準成分表」に基づいた計算値です。

お食事の際の目安としてご覧ください。

「店内卓上調味料」については、() 内の容量・重量にて各数値を記載しております。

<グランドメニュー①>

| | 商品名 | カロリー kcal | タンパク質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | 塩分 g |
|--|-----------------|--------------|------------|---------|-----------|---------|
| 店内 卓上 調味料 | 天井たれ (30cc) | 50 | 0.9 | 0.0 | 11.1 | 1.9 |
| | 辛天井たれ (30cc) | 95 | 1.3 | 0.1 | 19.9 | 3.2 |
| | 醤油 (5cc) | 4 | 0.5 | 0.0 | 0.6 | 0.9 |
| | 漬物 (10g) | 3 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.4 |
| | ふりかけ (1g) | 5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.1 |
| | 七味唐辛子 (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 |
| | 塩(1g) | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.0 |
| | ホワイトペッパー (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 |
| T | TO天井たれパック | 39 | 0.9 | 0.0 | 8.5 | 2.0 |
| O | TO天つゆパック | 23 | 0.7 | 0.0 | 4.6 | 1.4 |
| 【丼】 ※タレは含まず。(店内ご利用時は「卓上調味料」、TOご利用時は「TO天井たれパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | 海老天丼 | 719 | 13.3 | 29.4 | 102.9 | 0.2 |
| | 野菜天丼 | 962 | 10.0 | 46.8 | 128.9 | 0.2 |
| | 鶏海老天丼 | 877 | 23.0 | 39.8 | 108.9 | 0.7 |
| | グランドスラム天丼 | 1,399 | 31.3 | 82.2 | 134.5 | 1.6 |
| | ミニ天丼 (ランチセット) | 474 | 8.2 | 18.6 | 70.6 | 0.1 |
| 店内限定【定食】 ※小鉢・貝汁・天つゆおろし含む。(「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | 海老天ぶら定食 | 794 | 32.0 | 31.5 | 101.1 | 4.0 |
| | 野菜天ぶら定食 | 1,037 | 28.7 | 48.9 | 127.1 | 3.9 |
| | 鶏海老天ぶら定食 | 952 | 41.7 | 41.9 | 107.1 | 4.4 |
| | グランドスラム天ぶら定食 | 1,474 | 50.0 | 84.4 | 132.7 | 5.3 |
| TO限定【弁当】 ※天つゆ含まず。(「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | 海老天ぶら弁当 | 719 | 13.3 | 29.4 | 102.9 | 0.2 |
| | 野菜天ぶら弁当 | 962 | 10.0 | 46.8 | 128.9 | 0.2 |
| | 鶏海老天ぶら弁当 | 877 | 23.0 | 39.8 | 108.9 | 0.7 |
| | グランドスラム天ぶら弁当 | 1,399 | 31.3 | 82.2 | 134.5 | 1.6 |
| 【盛り合わせ】 ※天つゆ含まず。 | | | | | | |
| (店内ご利用時は「卓上調味料」及び「天つゆおろし」、TOご利用時は「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | 海老天ぶら盛り合わせ | 376 | 7.8 | 28.7 | 21.3 | 0.2 |
| | 野菜天ぶら盛り合わせ | 618 | 4.5 | 46.2 | 47.3 | 0.2 |
| | 鶏海老天ぶら盛り合わせ | 534 | 17.5 | 39.1 | 27.3 | 0.7 |
| | グランドスラム天ぶら盛り合わせ | 1,056 | 25.8 | 81.6 | 52.8 | 1.6 |
| | 天つゆおろし | 45 | 2.9 | 0.1 | 11.8 | 1.5 |

<グランドメニュー②>

| | 商品名 | カロリー kcal | タンパク質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | 塩分 g |
|---|---------------------|--------------|------------|---------|-----------|---------|
| 店内 卓上 調味料 | 天丼たれ (30cc) | 50 | 0.9 | 0.0 | 11.1 | 1.9 |
| | 辛天丼たれ (30cc) | 95 | 1.3 | 0.1 | 19.9 | 3.2 |
| | 醤油 (5cc) | 4 | 0.5 | 0.0 | 0.6 | 0.9 |
| | 漬物 (10g) | 3 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.4 |
| | ふりかけ (1g) | 5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.1 |
| | 七味唐辛子 (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 |
| | 塩(1g) | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.0 |
| | ホワイトペッパー (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 |
| | T | TO天丼たれパック | 39 | 0.9 | 0.0 | 8.5 |
| O | TO天つゆパック | 23 | 0.7 | 0.0 | 4.6 | 1.4 |
| 店内限定【天ぷら屋の麺】 ※うどんつゆ・めんつゆ・薬味・天つゆおろし含む。(「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | 海老天ぷらうどん | 403 | 13.4 | 13.0 | 60.8 | 5.5 |
| | 海老天ぷらそば | 533 | 22.0 | 14.1 | 79.1 | 4.9 |
| | 海老天ざるうどん | 466 | 17.3 | 13.4 | 75.9 | 5.3 |
| | 海老天ざるそば | 595 | 25.9 | 14.5 | 94.2 | 4.6 |
| | 海老天おろしうどん | 447 | 18.2 | 13.3 | 74.2 | 3.8 |
| | 海老天おろしそば | 577 | 26.8 | 14.4 | 92.5 | 3.1 |
| | ちく玉舞茸天ぷらうどん | 736 | 18.6 | 40.9 | 75.9 | 6.1 |
| | ちく玉舞茸天ぷらそば | 866 | 27.2 | 42.0 | 94.2 | 5.4 |
| | ちく玉舞茸天ざるうどん | 798 | 22.4 | 41.2 | 91.0 | 5.8 |
| | ちく玉舞茸天ざるそば | 928 | 31.0 | 42.3 | 109.2 | 5.2 |
| | ちく玉舞茸おろしうどん | 779 | 23.4 | 41.2 | 89.3 | 4.3 |
| | ちく玉舞茸おろしそば | 909 | 32.0 | 42.3 | 107.5 | 3.6 |
| | ざるうどん | 255 | 8.2 | 1.1 | 56.2 | 3.7 |
| | ざるそば | 385 | 16.8 | 2.2 | 74.5 | 3.0 |
| | かけうどん | 369 | 8.9 | 9.2 | 65.3 | 5.6 |
| | かけそば | 498 | 17.5 | 10.3 | 83.5 | 4.9 |
| | ざるうどん(小) | 131 | 4.2 | 0.6 | 28.8 | 1.9 |
| | ざるそば(小) | 196 | 8.5 | 1.2 | 38.0 | 1.5 |
| | 温うどん(小) | 186 | 4.5 | 4.6 | 32.9 | 3.0 |
| | 温そば(小) | 250 | 8.8 | 5.1 | 42.0 | 2.7 |
| | ミニあさりうどん(ランチセット限定) | 195 | 16.9 | 1.9 | 28.1 | 3.7 |
| | ミニ海苔もちうどん(ランチセット限定) | 193 | 5.3 | 4.2 | 35.8 | 3.2 |
| TO限定【麺類】 ※うどんつゆ含む。※めんつゆ含まず。(おろしそば・うどんは「TOめんつゆ」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | TOおろしうどん | 367 | 10.9 | 9.4 | 70.0 | 0.7 |
| | TOおろしそば | 497 | 19.5 | 10.5 | 88.3 | 0.1 |
| | TOミニおろしうどん | 199 | 7.4 | 4.9 | 40.4 | 0.4 |
| | TOミニおろしそば | 264 | 11.7 | 5.4 | 49.6 | 0.0 |
| | TOミニかけうどん | 185 | 4.5 | 4.6 | 32.7 | 3.2 |
| | TOミニかけそば | 250 | 8.8 | 5.1 | 41.8 | 2.8 |
| | TOめんつゆ | 38 | 2.3 | 0.0 | 7.2 | 2.9 |
| | TOめんつゆ(ミニ) | 19 | 1.2 | 0.0 | 3.6 | 1.5 |
| 【キッズ丼】 ※タレは含まず。(店内ご利用時は「卓上調味料」、TOご利用時は「TO天丼たれパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | おこさま海老天丼 | 510 | 8.5 | 20.8 | 74.1 | 0.2 |
| | おこさまカレー | 382 | 5.4 | 8.9 | 72.2 | 1.9 |
| 店内限定【キッズ麺類】 ※うどんつゆ・めんつゆ含む。(「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | お子様海老天温うどん | 220 | 6.9 | 7.4 | 32.7 | 3.2 |
| | お子様海老天冷やしうどん | 224 | 7.2 | 7.4 | 33.5 | 1.9 |
| 【キッズセット商品】(キッズ丼・キッズ麺類と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | りんごジュース | 77 | 0.2 | 0.4 | 20.5 | 0.0 |
| | セットももゼリー | 45 | 0.0 | 0.0 | 12.0 | 0.0 |

<グランドメニュー③>

| | 商品名 | カロリー kcal | タンパク質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | 塩分 g |
|--|--------------------|--------------|------------|---------|-----------|---------|
| 店内 卓上 調味料 | 天丼たれ (30cc) | 50 | 0.9 | 0.0 | 11.1 | 1.9 |
| | 辛天丼たれ (30cc) | 95 | 1.3 | 0.1 | 19.9 | 3.2 |
| | 醤油 (5cc) | 4 | 0.5 | 0.0 | 0.6 | 0.9 |
| | 漬物 (10g) | 3 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.4 |
| | ふりかけ (1g) | 5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.1 |
| | 七味唐辛子 (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 |
| | 塩(1g) | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.0 |
| | ホワイトペッパー (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 |
| | T TO天丼たれパック | 39 | 0.9 | 0.0 | 8.5 | 2.0 |
| O TO天つゆパック | 23 | 0.7 | 0.0 | 4.6 | 1.4 | |
| 店内限定【ドリンク・アルコール】 | | | | | | |
| | 缶ビール | 152 | 1.5 | 0.0 | 10.2 | 0.0 |
| | コーラ | 83 | 0.0 | 0.0 | 20.7 | 0.0 |
| | ピネガードリンク (ぶどう&ベリー) | 34 | 0.3 | 0.0 | 8.7 | 0.0 |
| 【サイドメニュー】 (店内ご利用時は「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | 温泉たまご | 90 | 6.8 | 6.4 | 0.1 | 0.2 |
| | たっぷりおろし | 31 | 3.9 | 0.3 | 10.9 | 0.0 |
| | ご飯 単品 | 265 | 4.3 | 0.5 | 63.1 | 0.0 |
| | 貝汁 (小) | 99 | 15.7 | 2.0 | 3.7 | 2.2 |
| | 貝汁 (大) | 189 | 30.7 | 3.8 | 6.0 | 3.6 |
| 店内限定【サイドメニュー】 (「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | だし茶漬けセット | 13 | 0.7 | 0.0 | 2.3 | 2.3 |
| | おひたし(ほうれん草) | 9 | 1.4 | 0.1 | 1.3 | 0.1 |
| 【単品】 ※天だし・天つゆ含まず。 (店内ご利用時は「卓上調味料」及び「天つゆおろし」、TOご利用時は「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | 海老天(1尾) | 65 | 2.9 | 4.7 | 2.7 | 0.1 |
| | ちくわ天(1/2本分) | 140 | 2.8 | 9.6 | 10.5 | 0.5 |
| | アジ天(1個) | 66 | 3.0 | 4.9 | 2.4 | 0.2 |
| | 玉ねぎ天 (1切) | 86 | 0.6 | 7.0 | 5.5 | 0.0 |
| | 舞茸天(1個) | 79 | 0.8 | 6.8 | 4.5 | 0.0 |
| | レンコン天(1枚) | 70 | 0.6 | 5.3 | 5.0 | 0.0 |
| | カボチャ天(1枚) | 81 | 0.7 | 6.1 | 5.7 | 0.0 |
| | なす天(1切) | 70 | 0.5 | 5.9 | 3.6 | 0.0 |
| | 鶏天(1個) | 109 | 5.0 | 7.8 | 4.3 | 0.2 |
| | オクラ天(1本) | 24 | 0.2 | 2.0 | 1.5 | 0.0 |
| | たまご天(1個) | 252 | 7.4 | 21.6 | 5.9 | 0.2 |
| | のり天(1枚) | 10 | 0.2 | 0.7 | 1.0 | 0.0 |
| | ミニトマト天(1個) | 48 | 0.4 | 3.9 | 3.0 | 0.0 |
| | かにかま天 (1本) | 91 | 2.1 | 6.7 | 5.6 | 0.3 |
| | さつまいも天(1枚) | 248 | 1.4 | 16.0 | 24.6 | 0.1 |
| | 天つゆおろし | 45 | 2.9 | 0.1 | 11.8 | 1.5 |
| 【テイクアウト限定セット】 (「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| | TO 6種の天ぶらセットA 3人前 | 1,178 | 24.1 | 89.9 | 68.6 | 1.0 |
| | TO 6種の天ぶらセットA 4人前 | 1,571 | 32.1 | 119.9 | 91.5 | 1.4 |
| | TO 6種の天ぶらセットA 5人前 | 1,964 | 40.1 | 149.9 | 114.3 | 1.7 |
| | TO 6種の天ぶらセットB 3人前 | 1,824 | 36.5 | 127.5 | 131.4 | 2.2 |
| | TO 6種の天ぶらセットB 4人前 | 2,431 | 48.7 | 170.1 | 175.2 | 2.9 |
| | TO 6種の天ぶらセットB 5人前 | 3,039 | 60.9 | 212.6 | 218.9 | 3.6 |
| 【ごはん量目変更】 | | | | | | |
| | ご飯小盛り変更 (丼) | -78 | -1.3 | -0.2 | -18.6 | 0.0 |
| | ご飯大盛り変更 (丼) | +234 | +3.8 | +0.5 | +55.7 | 0.0 |
| | ご飯小盛り変更 (定食) | -31 | -0.5 | -0.1 | -7.4 | 0.0 |
| | ご飯大盛り変更 (定食) | +78 | +1.3 | +0.2 | +18.6 | 0.0 |
| | ご飯特盛り変更 (定食) | +312 | +5.0 | +0.6 | +74.2 | 0.0 |

<期間限定メニュー>

| 商品名 | | カロリー kcal | タンパク質 g | 脂質 g | 炭水化物 g | 塩分 g |
|--|---------------|--------------|------------|---------|-----------|---------|
| 店内 卓上 調味料 | 天丼たれ (30cc) | 50 | 0.9 | 0.0 | 11.1 | 1.9 |
| | 辛天丼たれ (30cc) | 95 | 1.3 | 0.1 | 19.9 | 3.2 |
| | 醤油 (5cc) | 4 | 0.5 | 0.0 | 0.6 | 0.9 |
| | 漬物 (10g) | 3 | 0.1 | 0.0 | 0.8 | 0.4 |
| | ふりかけ (1g) | 5 | 0.2 | 0.2 | 0.5 | 0.1 |
| | 七味唐辛子 (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.6 | 0.0 |
| | 塩(1g) | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 1.0 |
| | ホワイトペッパー (1g) | 4 | 0.1 | 0.1 | 0.7 | 0.0 |
| | T TO天丼たれパック | 39 | 0.9 | 0.0 | 8.5 | 2.0 |
| O TO天つゆパック | 23 | 0.7 | 0.0 | 4.6 | 1.4 | |
| 「ぶく」メニュー | | | | | | |
| 【丼】 ※タレは含まず。(店内ご利用時は「卓上調味料」、TOご利用時は「TO天丼たれパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| 真ぶくとわかさぎの天丼 | | 1,006 | 22.9 | 53.9 | 110.8 | 0.5 |
| 真ぶくの天とじ丼 | | 876 | 32.2 | 32.2 | 114.5 | 4.0 |
| 店内限定【定食】 ※小鉢・貝汁・天つゆおろし含む。(「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| 真ぶくとわかさぎの天ぶら定食 | | 1,082 | 41.6 | 56.0 | 109.0 | 4.3 |
| 店内限定【麺】 ※うどんつゆ含む。(「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| 真ぶくとかき揚げのそば | | 635 | 23.0 | 22.0 | 86.2 | 4.9 |
| 真ぶくとかき揚げのうどん | | 506 | 14.4 | 20.9 | 68.0 | 5.5 |
| TO限定【弁当】 ※天つゆ含まず。(「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| TO真ぶくとわかさぎの天ぶら弁当 | | 1,006 | 22.9 | 53.9 | 110.8 | 0.5 |
| 【盛り合わせ・単品】 ※天だし・天つゆ含まず。 (店内ご利用時は「卓上調味料」及び「天つゆおろし」、TOご利用時は「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| 真ぶくとわかさぎの天ぶら盛り合わせ | | 663 | 17.4 | 53.2 | 29.2 | 0.5 |
| 単品 ぶく大葉巻き | | 73 | 3.2 | 5.3 | 3.0 | 0.0 |
| 単品 わかさぎ(2尾) | | 70 | 2.5 | 5.4 | 2.9 | 0.1 |
| 単品 人参と玉ねぎのかき揚げ | | 119 | 0.9 | 9.3 | 8.3 | 0.0 |
| 天つゆおろし | | 45 | 2.9 | 0.1 | 11.8 | 1.5 |
| 「明太子」メニュー | | | | | | |
| 【丼】 ※タレは含まず。(店内ご利用時は「卓上調味料」、TOご利用時は「TO天丼たれパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| 明太子天丼 | | 967 | 23.9 | 44.4 | 120.4 | 2.4 |
| 店内限定【定食】 ※小鉢・貝汁・天つゆおろし含む。(「卓上調味料」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| 明太子天ぶら定食 | | 1,042 | 42.5 | 46.5 | 118.6 | 6.1 |
| 店内限定【麺】 | | | | | | |
| 明太クリームうどん | | 615 | 19.8 | 32.6 | 63.2 | 4.1 |
| TO限定【弁当】 ※天つゆ含まず。(「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| TO明太子天ぶら弁当 | | 967 | 23.9 | 44.4 | 120.4 | 2.4 |
| 【盛り合わせ・単品】 ※天だし・天つゆ含まず。 (店内ご利用時は「卓上調味料」及び「天つゆおろし」、TOご利用時は「TO天つゆパック」と組み合わせてご確認ください。) | | | | | | |
| 明太子天ぶら盛り合わせ | | 623 | 18.4 | 43.8 | 38.7 | 2.4 |
| 単品 明太子(1切) | | 51 | 2.3 | 3.7 | 2.2 | 0.6 |
| 単品 じゃがいも | | 107 | 0.8 | 7.3 | 9.4 | 0.0 |
| 単品 もち天 | | 67 | 0.7 | 3.6 | 8.0 | 0.0 |