



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
TO	TO天井たれパック	39	0.9	0.0	8.5	2.0
	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。)						
(新) 海老天丼		738	14.4	30.7	103.0	1.1
野菜天井		951	9.7	46.0	128.2	0.9
上海老天丼		765	15.6	32.6	104.4	1.0
鶏づくし天井		1,208	34.8	66.8	117.8	1.2
海老鶏天井		933	25.5	43.8	111.2	0.7
グラントスラム天井		1,435	35.6	84.0	135.5	1.5
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。)						
(新) 海老天ぷら定食		763	31.3	32.6	88.3	4.9
野菜天ぷら定食		976	26.6	47.9	113.5	4.7
上海老天ぷら定食		790	32.4	34.5	89.8	4.7
鶏づくし天ぷら定食		1,233	51.6	68.7	103.2	4.9
海老鶏天ぷら定食		959	42.3	45.8	96.5	4.5
グラントスラム天ぷら定食		1,460	52.5	86.0	120.8	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。)						
(新) 海老天ぷら弁当		738	14.4	30.7	103.0	1.1
野菜天ぷら弁当		951	9.7	46.0	128.2	0.9
上海老天ぷら弁当		765	15.6	32.6	104.4	1.0
鶏づくし天ぷら弁当		1,208	34.8	66.8	117.8	1.2
海老鶏天ぷら弁当		933	25.5	43.8	111.2	0.7
グラントスラム天ぷら弁当		1,435	35.6	84.0	135.5	1.5
【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。)						
(新) 海老天ぷら盛り合わせ		394	8.9	30.1	21.4	1.1
野菜天ぷら盛り合わせ		608	4.2	45.3	46.5	0.9
上海老天ぷら盛り合わせ		422	10.1	31.9	22.8	1.0
鶏づくし天ぷら盛り合わせ		865	29.3	66.1	36.2	1.2
海老鶏天ぷら盛り合わせ		590	20.0	43.2	29.6	0.7
グラントスラム天ぷら盛り合わせ		1,092	30.1	83.4	53.9	1.5
天つゆおろし		28	1.7	0.1	6.5	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
TO	TO天丼たれパック	39	0.9	0.0	8.5	2.0
	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		460	15.9	17.1	63.2	5.6
海老天ぷらそば		589	24.5	18.2	81.4	4.9
海老天ざるうどん		504	18.5	17.3	72.9	5.4
海老天ざるそば		634	27.1	18.4	91.2	4.8
海老天おろしうどん		503	20.7	17.4	76.5	3.8
海老天おろしそば		633	29.3	18.5	94.8	3.2
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		781	21.2	41.2	85.6	5.9
ちく玉舞茸天ざるそば		911	29.8	42.3	103.9	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
鶏天うどん		852	30.1	48.5	74.4	6.3
鶏天そば		982	38.7	49.6	92.6	5.6
鶏天ざるうどん		897	32.7	48.8	84.1	6.1
鶏天ざるそば		1,026	41.3	49.9	102.4	5.5
鶏天おろしうどん		895	34.9	48.8	87.7	4.5
鶏天おろしそば		1,025	43.5	49.9	106.0	3.9
きつねうどん		380	13.2	9.1	65.1	6.6
きつねそば		509	21.8	10.2	83.4	5.9
月見とろろぶっかけうどん		382	16.1	8.3	63.1	3.8
月見とろろぶかけそば		511	24.6	9.4	81.4	3.1
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
温うどん		369	8.9	9.2	65.3	5.6
温そば		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）		195	16.9	1.9	28.1	3.7
ミニ海苔もちうどん（ランチセット）		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。）						
おこさまわんぱく天丼		529	11.2	21.4	74.4	0.6
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		248	8.1	9.4	33.8	3.2
お子様海老天冷やしうどん		252	8.4	9.4	34.7	2.0
【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
セットもちゼリー		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
TO	TO天丼たれパック	39	0.9	0.0	8.5	2.0
	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
とろろ（単品）		29	0.9	0.1	6.6	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。）						
天むす（1個）		212	6.2	7.0	31.8	0.6
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）		98	15.6	2.0	3.5	2.1
貝汁（大）		187	30.6	3.8	5.8	3.4
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)		93	4.1	6.8	3.8	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)		60	0.3	5.0	2.8	0.8
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
鶏つくね串天（1本）		170	5.7	12.3	9.1	0.2
さつまいも天(1枚)		248	1.4	16.0	24.6	0.1
天つゆおろし		28	1.7	0.1	6.5	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。）						
海老アジセット 3人前		1,262	27.8	96.0	72.1	1.1
海老アジセット 4人前		1,683	37.0	128.0	96.1	1.5
海老アジセット 5人前		2,104	46.3	160.0	120.1	1.9
海老鶏セット 3人前		2,143	51.0	150.5	145.2	2.1
海老鶏セット 4人前		2,857	68.0	200.6	193.6	2.8
海老鶏セット 5人前		3,572	85.0	250.8	242.0	3.5
【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
定食ご飯おかわり（並盛り）		234	3.8	0.5	55.7	0.0
定食ご飯おかわり（大盛り）		343	5.5	0.7	81.6	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
TO	TO天丼たれパック	39	0.9	0.0	8.5	2.0
	TO天つゆパック	23	0.7	0.0	4.6	1.4
「金目鯛」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。）						
金目鯛の天丼		957	22.8	48.3	111.2	1.2
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。）						
金目鯛の天ぶら定食		986	40.0	50.2	98.6	4.9
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。）						
そら豆のかき揚げそば		619	21.6	20.7	86.8	4.8
そら豆のかき揚げうどん		489	13.0	19.6	68.6	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。）						
金目鯛の天ぶら弁当		957	22.8	48.3	111.2	1.2
【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。)						
金目鯛の天ぶら盛り合わせ		614	17.3	47.6	29.6	1.2
単品 そら豆と玉ねぎのかき揚げ		151	2.5	11.3	10.4	0.0
単品 青森県産金目鯛		190	7.1	15.2	6.8	0.1
単品 グリーンアスパラ（1/2本）		40	0.5	3.4	2.2	0.0
単品 兵庫県産ほたるいか		31	0.9	2.5	1.3	0.1
天つゆおろし		28	1.7	0.1	6.5	1.5