



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	天丼たれ (30cc)	50	0.9	0.0	11.1	1.9
	青唐辛子味噌だれ (30cc)	59	1.3	0.3	11.0	2.2
	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
T O	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
【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。)						
	海老天丼	789	15.4	34.9	106.4	0.4
	野菜天丼	919	10.7	46.9	118.4	0.1
	上海老天丼	838	17.3	38.3	109.3	0.3
	鶏天丼	1,287	37.6	73.5	119.0	1.5
	トリプル海老天丼	880	21.2	41.5	108.4	0.4
	グランドスラム天丼	1,535	37.1	93.6	137.8	1.8
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	816	31.6	36.8	91.5	5.2
	野菜天ぶら定食	946	26.9	48.8	103.5	4.9
	上海老天ぶら定食	865	33.5	40.2	94.4	5.1
	鶏天ぶら定食	1,314	53.8	75.4	104.1	6.3
	トリプル海老天ぶら定食	907	37.4	43.4	93.5	5.2
	グランドスラム天ぶら定食	1,562	53.3	95.5	122.9	6.6
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	789	15.4	34.9	106.4	0.4
	野菜天ぶら弁当	919	10.7	46.9	118.4	0.1
	上海老天ぶら弁当	838	17.3	38.3	109.3	0.3
	鶏天ぶら弁当	1,287	37.6	73.5	119.0	1.5
	トリプル海老天ぶら弁当	880	21.2	41.5	108.4	0.4
	グランドスラム天ぶら弁当	1,535	37.1	93.6	137.8	1.8
【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	446	9.9	34.2	24.8	0.4
	野菜天ぶら盛り合わせ	576	5.2	46.2	36.8	0.1
	上海老天ぶら盛り合わせ	495	11.8	37.7	27.7	0.3
	鶏天ぶら盛り合わせ	944	32.1	72.8	37.4	1.5
	トリプル海老天ぶら盛り合わせ	537	15.7	40.8	26.8	0.4
	グランドスラム天ぶら盛り合わせ	1,192	31.6	92.9	56.2	1.8
	天つゆおろし	29	1.0	0.1	6.2	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
	青唐辛子味噌だれ (30cc)	59	1.3	0.3	11.0	2.2
	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
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【天ぶら屋の麺】 ※うどんつゆ・めんつゆ・薬味・天つゆおろし含む。(「卓上調味料」と組み合わせてください。)						
	海老天ぶらうどん	483	17.0	18.8	64.1	5.6
	海老天ぶらそば	582	22.6	19.7	78.3	4.9
	海老天ざるうどん	527	18.0	19.0	73.5	6.1
	海老天ざるそば	626	23.7	19.9	87.8	5.5
	海老天おろしうどん	514	17.7	18.9	72.4	4.5
	海老天おろしそば	613	23.4	19.8	86.7	3.9
	ちく玉鶏天ぶらうどん	854	23.6	48.7	81.9	6.3
	ちく玉鶏天ぶらそば	953	29.3	49.7	96.1	5.7
	ちく玉鶏天ざるうどん	898	24.7	49.0	91.3	6.8
	ちく玉鶏天ざるそば	997	30.4	49.9	105.6	6.2
	ちく玉鶏天おろしうどん	886	24.4	48.9	90.2	5.2
	ちく玉鶏天おろしそば	985	30.1	49.8	104.5	4.6
	ざるうどん	253	7.4	1.1	56.2	4.4
	ざるそば	352	13.0	2.0	70.4	3.7
	温うどん	368	8.9	9.2	65.2	5.6
	温そば	467	14.6	10.1	79.5	4.9
	ざるうどん(小)	130	3.8	0.6	28.8	2.2
	ざるそば(小)	180	6.6	1.1	35.9	1.9
	温うどん(小)	185	4.5	4.6	32.8	3.0
	温そば(小)	235	7.4	5.1	40.0	2.7
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」と組み合わせてください。)						
	TOおろしうどん	357	7.7	9.3	65.0	0.7
	TOおろしそば	456	13.4	10.2	79.3	0.1
	TOミニおろしうどん	189	4.2	4.7	35.4	0.4
	TOミニおろしそば	239	7.1	5.2	42.6	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	234	7.3	5.0	39.8	2.8
	TOめんつゆ	36	1.4	0.0	7.2	3.6
	TOめんつゆ(ミニ)	18	0.7	0.0	3.6	1.8
【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」と組み合わせてください。)						
	おこさまわんぱく天丼	584	11.6	28.1	72.9	0.5
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」と組み合わせてください。)						
	お子様海老天温うどん	260	8.6	10.3	34.3	3.2
	お子様海老天冷やしうどん	263	8.5	10.3	35.2	2.3
【キッズセット商品】(キッズ丼・キッズ麺類と組み合わせてください。)						
	りんごジュース	77	0.2	0.4	20.5	0.0
	セットフルーツゼリー	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	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分
		kcal	g	g	g	g
店内 卓 上 調 味 料	天丼たれ (30cc)	50	0.9	0.0	11.1	1.9
	青唐辛子味噌だれ (30cc)	59	1.3	0.3	11.0	2.2
	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
T O	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
【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 (2個)	150	3.1	3.5	27.5	0.9
	温泉たまご	90	6.8	6.4	0.1	0.2
	たっぷりおろし	21	0.7	0.1	5.9	0.0
	ご飯 単品	265	4.3	0.5	63.1	0.0
	貝汁 (小)	101	15.9	2.0	3.9	3.1
	貝汁 (大)	185	30.8	3.6	5.6	4.8
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)	7	1.0	0.1	1.0	0.2
【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)	105	4.6	7.6	4.3	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)	87	0.6	7.0	5.6	0.0
	舞茸天(1個)	81	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)	100	0.8	8.4	5.7	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
	鶏団子天 (2個)	166	5.7	12.7	6.8	0.4
	チーズ天(1本)	79	2.8	6.6	2.2	0.3
	ソーセージ天 (1本)	129	2.2	11.6	3.8	0.3
	えのき天 (1個)	84	1.0	6.7	5.3	0.0
	天つゆおろし	29	1.0	0.1	6.2	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	1,300	29.3	98.6	73.8	1.2
	海老アジセット 4人前	1,733	39.1	131.4	98.3	1.5
	海老アジセット 5人前	2,167	48.8	164.3	122.9	1.9
	海老鶏セット 3人前	1,653	50.3	125.2	79.5	2.5
	海老鶏セット 4人前	2,204	67.0	166.9	106.0	3.4
	海老鶏セット 5人前	2,756	83.8	208.7	132.5	4.2
【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
	青唐辛子味噌だれ (30cc)	59	1.3	0.3	11.0	2.2
	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
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
「真鯛」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。)						
真鯛と筍の天丼		974	18.7	48.9	113.9	0.7
真鯛と筍の春らんまん天丼		1,190	28.0	65.2	122.2	0.8
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。)						
真鯛と筍の天ぶら定食		1,001	34.9	50.8	99.0	5.4
真鯛と筍の春らんまん天ぶら定食		1,217	44.2	67.1	107.3	5.6
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真鯛と筍の弁当		974	18.7	48.9	113.9	0.7
TO真鯛と筍の春らんまん弁当		1,190	28.0	65.2	122.2	0.8
【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。)						
真鯛と筍の天ぶら盛合せ		631	13.2	48.2	32.3	0.7
真鯛と筍の春らんまん天ぶら盛合せ		847	22.5	64.6	40.5	0.8
単品 真鯛		109	4.6	8.6	3.8	0.0
単品 たけのこ		129	1.5	10.4	7.7	0.2
単品 たけのここと三つ葉のかき揚げ		153	1.0	11.3	7.7	0.1
天つゆおろし		29	1.0	0.1	6.2	1.5
「海老づくし」メニュー						
【丼】 ※天丼タレは含まず。(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。)						
海老づくし天丼		832	20.9	37.1	106.4	0.6
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。)						
海老づくし天ぶら定食		859	37.1	39.0	91.5	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。)						
TO海老づくし天ぶら弁当		832	20.9	37.1	106.4	0.6
【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。)						
海老づくし天ぶら盛合せ		489	15.4	36.4	24.8	0.6
単品 有頭海老		53	2.2	3.9	2.2	0.1
単品 海老と三つ葉のかき揚げ		121	2.9	9.4	6.3	0.3
天つゆおろし		29	1.0	0.1	6.2	1.5