

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
	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 (大根ガリ) 10g	2	0.0	0.0	0.3	0.2
	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	1.3
【丼】 ※タレは含まず。(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。)						
定番天井(味噌汁付き)		783	16.1	32.4	110.3	2.0
彩り野菜天井(味噌汁付き)		1,071	13.1	53.0	140.0	2.1
鶏と玉子の天井(味噌汁付き)		1,171	32.3	63.1	122.1	2.9
大海老と鶏の天井(味噌汁付き)		991	28.8	46.4	116.9	2.6
スペシャル天井(味噌汁付き)		1,392	31.6	80.6	140.4	3.0
店内限定【定食】 ※小鉢・味噌汁・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。)						
定番天ぷら定食		711	16.7	32.3	91.5	3.8
彩り野菜天ぷら定食		999	13.7	52.9	121.2	3.8
鶏と玉子の天ぷら定食		1,099	32.9	63.0	103.4	4.6
大海老と鶏の天ぷら定食		919	29.4	46.3	98.2	4.3
スペシャル天ぷら定食		1,320	32.2	80.5	121.6	4.7
TO限定【天井】 ※タレ含まず。(「TO天井たれパック」と組み合わせてご確認ください。)						
定番天井		749	13.8	31.5	105.5	0.2
彩り野菜天井		1,037	10.8	52.2	135.3	0.2
鶏と玉子の天井		1,137	30.0	62.3	117.4	1.0
大海老と鶏の天井		957	26.5	45.5	112.2	0.8
スペシャル天井		1,358	29.3	79.7	135.6	1.1
TO限定【定食】 ※味噌汁含む、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。)						
定番天ぷら定食		783	16.1	32.4	110.3	2.0
彩り野菜天ぷら定食		1,071	13.1	53.0	140.0	2.1
鶏と玉子の天ぷら定食		1,171	32.3	63.1	122.1	2.9
大海老と鶏の天ぷら定食		991	28.8	46.4	116.9	2.6
スペシャル天ぷら定食		1,392	31.6	80.6	140.4	3.0
【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。)						
定番天ぷら盛合せ		406	8.3	30.9	23.9	0.2
彩り野菜天ぷら盛合せ		694	5.3	51.5	53.7	0.2
鶏と玉子の天ぷら盛合せ		794	24.5	61.6	35.8	1.0
大海老と鶏の天ぷら盛合せ		614	21.0	44.9	30.6	0.8
スペシャル天ぷら盛合せ		1,015	23.8	79.1	54.0	1.1
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（大根ガリ）10g	2	0.0	0.0	0.3	0.2
	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	1.3
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。）						
	大海老天ぷらうどん	483	17.0	18.8	64.1	5.6
	大海老天ぷらそば	582	22.6	19.7	78.3	5.0
	大海老天ざるうどん	527	18.0	19.0	73.5	6.1
	大海老天ざるそば	626	23.7	19.9	87.8	5.5
	大海老天おろしうどん	515	17.7	18.9	72.4	4.5
	大海老天おろしそば	614	23.4	19.8	86.7	3.9
	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	3.8
	温うどん	368	8.9	9.2	65.2	5.6
	温そば	467	14.6	10.1	79.5	5.0
	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」と組み合わせてご確認ください。）						
	おろしうどん	357	7.7	9.3	65.0	0.7
	おろしそば	456	13.4	10.2	79.3	0.1
	おろしうどん(小)	189	4.2	4.7	35.4	0.4
	おろしそば(小)	239	7.1	5.2	42.6	0.1
	ミニかけうどん	185	4.5	4.6	32.7	3.2
	ミニかけそば	234	7.3	5.0	39.8	2.9
	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」と組み合わせてご確認ください。）						
	お子様わんぱく天丼	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」と組み合わせてご確認ください。）						
	お子様えび天温うどん	260	8.6	10.3	34.3	3.2
	お子様えび天冷うどん	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 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（大根ガリ）10g	2	0.0	0.0	0.3	0.2
	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	1.3
店内限定【ドリンク・アルコール】						
	コーラ	83	0.0	0.0	20.7	0.0
	生ビール	144	1.4	0.0	9.7	0.0
	ハイボール	168	0.0	0.0	7.7	0.0
	レモンチューハイ	151	0.0	0.0	3.5	0.4
	日本酒	182	0.5	0.0	7.0	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
	温泉玉子	80	6.8	6.4	0.1	0.2
	たっぷりおろし	21	0.7	0.1	5.9	0.0
	単品 ごはん	234	3.8	0.5	55.7	0.0
	味噌汁	34	2.3	0.8	4.7	1.9
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。）						
	枝豆	132	10.8	6.3	8.8	0.7
	さきいか天	483	12.4	36.9	25.2	2.3
	さきいか天（ハーフ）	277	6.3	22.3	12.7	1.3
	おつまみ小海老	348	10.5	27.3	15.2	1.2
	おつまみ小海老（ハーフ）	174	5.3	13.7	7.6	0.7
	新生姜天	264	2.1	22.3	14.0	1.9
	新生姜天（ハーフ）	132	1.1	11.2	7.0	1.0
	牛もつ天	652	9.6	58.9	19.9	1.5
	牛もつ天（ハーフ）	346	5.2	29.5	13.6	1.5
	きゅうり浅漬け	20	0.9	0.2	4.0	4.3
	きゅうり浅漬け（ハーフ）	10	0.5	0.1	2.0	2.2
	ほうれん草のおひたし	8	1.4	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
	玉ねぎ天（1切）	88	0.6	7.0	5.8	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）	242	7.4	21.6	5.9	0.2
	のり天（1枚）	10	0.2	0.7	1.0	0.0
	さつまいも天（1枚）	248	1.4	16.0	24.6	0.1
	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天つゆバック」と組み合わせてご確認ください。）					
ファミリーセット 3人前	1,911	37.7	134.4	136.5	1.5
ファミリーセット 4人前	2,548	50.2	179.2	182.0	2.0
ファミリーセット 5人前	3,186	62.8	224.0	227.5	2.4
【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（大根ガリ）10g	2	0.0	0.0	0.3	0.2
	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	1.3
「真穴子」メニュー						
【丼】 ※タレは含まず。（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。）						
真穴子一本天丼（味噌汁付き）		961	20.8	47.5	116.8	2.2
大海老と真穴子の贅沢天丼（味噌汁付き）		1,069	25.5	55.4	121.4	2.3
店内限定【定食】 ※小鉢・味噌汁・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。）						
真穴子一本天ぶら定食		889	21.4	47.5	98.0	3.9
大海老と真穴子の贅沢天ぶら定食		997	26.1	55.3	102.7	4.0
TO限定【天丼】 ※タレ含まず。（「TO天たれパック」と組み合わせてご確認ください。）						
真穴子一本天丼		927	18.5	46.7	112.1	0.3
大海老と真穴子の贅沢天丼		1,036	23.2	54.6	116.7	0.5
TO限定【定食】 ※味噌汁含む、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。）						
真穴子一本天ぶら定食		961	20.8	47.5	116.8	2.2
大海老と真穴子の贅沢天ぶら定食		1,069	25.5	55.4	121.4	2.3
【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。)						
真穴子一本天ぶら盛合せ		584	13.0	46.0	30.4	0.3
大海老と真穴子の贅沢天ぶら盛合せ		692	17.7	53.9	35.1	0.5
単品 真穴子一本天ぶら		163	5.9	13.0	6.1	0.2
単品 真穴子大葉巻き天		55	2.0	4.4	2.0	0.1
単品 真穴子海苔巻き天		54	2.0	4.3	2.0	0.1
単品 真穴子切り身天		56	2.0	4.4	2.3	0.1
天つゆおろし		29	1.0	0.1	6.2	1.5
「うなぎ」メニュー						
店内限定 ※粉山椒含む（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。）						
うなぎ重（味噌汁付き）		740	23.8	19.4	120.2	5.5
うなぎ重上（味噌汁付き）		829	28.6	26.3	122.4	5.8
うなぎ海老天重（味噌汁付き）		879	25.9	30.4	128.0	5.4
うなぎ鶏天重（味噌汁付き）		991	31.3	38.4	132.3	5.8
TO限定 ※粉山椒含む（「TO天たれパック」と組み合わせてご確認ください。）						
うなぎ重		706	21.6	18.6	115.4	3.6
うなぎ重上		795	26.3	25.4	117.6	3.9
うなぎ海老天重		845	23.7	29.6	123.2	3.5
うなぎ鶏天重		958	29.0	37.6	127.5	3.9
【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。)						
単品 うなぎ天		64	1.8	5.3	2.4	0.1
天つゆおろし		29	1.0	0.1	6.2	1.5