

※カロリー・塩分表記は写真のセットのものです。但し卓上の「醤油」等は含まれておりません。 2023/6/1

・さと特選醤油 5ccあたり 8kcal/塩分0.8g

グランドメニュー

	商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)		商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
和 健 菜	まぐろ御膳	978	7.3	洋 食	ハンバーグと海鮮フライ	743	5.6
	なごみ弁当ミニうな丼(ミニざるそば)	731	5.0		大海老フライとまぐろカツ	508	3.7
	なごみ弁当ミニ華ちらし(ミニざるそば)	618	4.8		すりごまロースとんかつ	630	3.8
	なごみ弁当ミニローストビーフ丼(ミニ温うどん)	743	6.8		みそかつ	682	4.1
	鶏ときのこの雑炊	409	3.9		おろしとんかつ	628	5.3
	にぎりずしの小町セット	476	5.3		ミニ麺セット(ミニざるそば)	416	1.5
	ミニまぐろたたき丼の小町セット	518	4.6		茶碗蒸しセット	366	3.1
麺	大海老天ざるうどん	438	3.3		ごはんセット	317	2.4
	大海老天ざるそば	422	3.3		具だくさん豚汁セット	576	4.4
	お昼の海老天ざるうどん	375	3.2		ちりめん山椒ごはん(漬物付)	313	0.9
	お昼の海老天ざるそば	358	3.2		ミニ華ちらし	273	2.1
	牛カレーうどん	699	10.5		ミニローストビーフ丼(漬物付)	389	1.4
	牛カレーそば	697	10.4		にぎりずし(5貫)	250	1.7
	牛肉と野菜たっぷりカレーうどん	762	10.5		茶碗蒸し	49	0.7
	牛肉と野菜たっぷりカレーそば	760	10.4		ごはん(漬物付)	290	0.4
	チーズ	77	0.3		小ごはん(漬物付)	240	0.4
	半熟たまご	90	0.2		赤だし	27	2.0
	南高梅 梅おろしうどん	315	5.7	さ と の 特 選 鍋	肉チゲ鍋(ごはん)	1,045	4.2
	南高梅 梅おろしそば	313	5.6		ちゃんこ鍋(ラーメン)	788	4.6
	ローストビーフの和風サラダうどん	665	5.4		牛もつ鍋(うどん)	764	4.5
	ローストビーフの和風サラダそば	663	5.3		※カロリー・塩分は写真のセットのものです。		
	ちく玉大海老天おろしうどん	720	4.7		(メイン具材) お肉	612	0.7
	ちく玉大海老天おろしそば	690	4.6		牛もつ	603	0.3
	きつねうどん	407	7.4		(だし) コク旨醤油だし	45	3.8
	きつねそば	405	7.3		鶏塩だし	27	3.4
	天ぷらうどん	340	6.3		チゲだし(生玉子付)	143	3.0
	天ぷらそば	339	6.2		(メ) ラーメン	149	0.5
	牛カルビのつけうどん	601	4.1		うどん	116	0.3
	牛カルビのつけそば	600	4.0		ごはん(漬物付)	290	0.4
	山かけ月見うどん	387	2.3		牛すきうどん鍋定食	959	4.7
	山かけ月見そば	367	2.2		国産牛の牛すきうどん鍋定食	908	4.6
	ざるそば	251	2.2	鍋 具 材	国産牛ロース肉	160	0.0
	ざるうどん	271	2.3		牛しゃぶ肉(肩ロース)	108	0.0
	ざるそば(一盛半)	366	2.5		牛もつ	230	0.2
	ざるうどん(一盛半)	387	2.6		牛カルビ	167	0.0
	セットお寿司(5貫)	250	1.7		豚肩ロース肉	83	0.0
	セット用おむすび(2個)	211	0.8		豚バラ肉	152	0.0
丼 ・ お 重	やわらか牛肉のカレーライス	841	4.8		鶏もも肉	102	0.1
	やわらか牛肉のカレーライス(大海老フライのせ)	929	4.9		鶏つくね団子(3個)	74	0.5
	(カレートッピング) 大海老フライ	88	0.1		野菜盛り合わせ	94	0.1
	(カレートッピング) まぐろカツ	137	0.1		水菜	5	0.0
	(カレートッピング) とんかつ	488	0.8		ニラ	4	0.0
	(カレートッピング) 若鶏の唐揚げ2個	149	0.7		もやし	14	0.0
	天丼(単品)	557	0.7		玉ねぎスライス	19	0.0
	にぎやか海老天丼(単品)	716	1.0		えのき	4	0.0
	ちく玉海老天丼(単品)	864	1.4		しめじ	4	0.0
	鶏たま天丼(単品)	960	1.8		白菜	14	0.0
	天丼たれ(30cc)	60	2.3		白ねぎスライス	10	0.0
	厚切りロースかつ丼(単品)	1,116	4.9		わかめ	4	0.5
	チーズ厚切りロースかつ丼(単品)	1,193	5.2		根菜ミックス	16	0.0
	にぎやか海鮮重(単品)	716	3.6		つきこんにゃく	6	0.0
	ローストビーフ重(単品)	781	3.7		焼じゃが	67	0.0
	うな重(単品)	929	5.3		小龍包(2個)	93	0.7
	上うな重(単品)	1,129	7.0		京とうふ(2切)	41	0.1
	和風ステーキ重(単品)	846	3.6		くずきり	109	0.0
	和風ステーキ重(お肉大盛り)(単品)	963	4.5		丸もち(2個)	161	0.0
	親子丼(単品)(ランチ限定)	750	4.1		生玉子(1個)〈ヨード卵・光〉	77	0.2
	華やか海鮮丼(単品)(ランチ限定)	546	3.4		生玉子(1個)	83	0.2
	赤だし	27	2.0		チーズ	77	0.3
	ミニ温うどん	135	3.7		雑炊セット(漬物付)	392	0.9
	ミニ温そば	134	3.7		ラーメン(半玉)	149	0.5
	ミニざるうどん	128	1.2		細うどん(半玉)	116	0.3
	ミニざるそば	126	1.1				
	具だくさん豚汁	287	4.0				
	茶碗蒸しと赤だし	76	2.7				

一品メニュー・アルコール

	商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
一品	なすの浅漬け(小)	22	2.3
	なすの浅漬け(一本漬け)	41	4.4
	枝豆	133	0.7
	マグロのユッケ風	161	1.1
	お刺身盛り合わせ	38	0.6
	旨塩きゅうり	14	0.7
	長芋キムチ	27	0.7
	豆腐とトマトのカプレーゼ	110	0.6
	生ハムとトマトの和風カルパッチョ	42	1.3
	バターコーン	173	0.2
	ソースたこ焼き	143	0.8
	牛ステーキ	138	0.8
	とんべい焼き	236	1.3
	季節の焼き魚(沖ひらすの西京焼)	119	0.7
	焼きょうざ(6個)	273	2.0
	焼きょうざ(3個)	159	1.3
	玉子焼き(かつおネギおろし)	144	1.3
	胡麻団子	231	0.0
	モモ串<たれ>	108	0.4
	つくね串<たれ>	102	0.4
	ヤゲン軟骨串<たれ>	67	0.4
	鶏皮串<たれ>	134	0.3
	砂肝串<たれ>	63	0.2
	焼とり5種盛り<タレ>	313	1.9
	モモ串<ネギ塩ダレ>	104	0.3
	つくね串<ネギ塩ダレ>	99	0.4
	ヤゲン軟骨串<ネギ塩ダレ>	63	0.3
	鶏皮串<ネギ塩ダレ>	130	0.3
	砂肝串<ネギ塩ダレ>	64	0.3
	焼とり5種盛り<ネギ塩ダレ>	299	1.9
	天ぶら5種盛り	156	0.9
	ふわふわ鶏天	227	1.5
	野菜天盛り合わせ	146	0.8
	海老マヨネーズ	179	1.4
	若鶏の唐揚げ(3個)	223	1.1
	若鶏の唐揚げ(5個)	374	1.8
	ポテトフライ(ケチャップ&マヨ)	482	1.8
	ポテトフライ(テリ&マヨ)	500	2.5
	さとチキ	264	1.3
	まぐろカツ	289	2.7
	手羽先フライ	234	0.8
	うずら串カツ	102	0.5
	海老串カツ	70	0.7
	ささみ大葉串カツ	70	0.5
	れんこん串カツ	54	0.5
	ミックスサラダ	129	0.5
	生ハムと半熟玉子のサラダ	123	0.7
	青じそドレッシング	17	1.6
	胡麻ドレッシング	29	0.7
	小海老と長芋のボン酢がけ	55	1.3
	にぎりずし(5貫)	250	1.7
	ミニ華ちらし	273	2.1
	ミニローストビーフ丼(漬物付)	389	1.4
	具だくさん豚汁	287	4.0

	商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
お好み寿司	いかにぎり(1貫)	42	0.3
	サーモンにぎり(1貫)	48	0.3
	まぐろにぎり(1貫)	46	0.3
	玉子にぎり(1貫)	66	0.4
	生ハムにぎり(1貫)	42	0.4
	海老にぎり(1貫)	45	0.3
	合鴨ロースにぎり(1貫)	83	0.6
	ローストビーフにぎり(1貫)	45	0.3
	メさばにぎり(1貫)	65	0.4
	生ハムにぎり(1貫)	42	0.4
	炙りマヨ海老にぎり(1貫)	58	0.3
	炙りマヨサーモンにぎり(1貫)	62	0.3
	炙りマヨローストビーフにぎり(1貫)	59	0.3
	花てまり寿司(ツナマヨ)(2貫)	125	0.8
	花てまり寿司(まぐろ&長芋あられ)(2貫)	90	0.6
	煮穴子一本にぎり	116	0.9
	てんこ盛り寿司	147	1.1

	商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
アルコール	キリン一番搾り<生> グラス	90	0.0
	キリン一番搾り<生> 中ジョッキ	137	0.0
	キリン一番搾り(中瓶)	205	0.0
	ノンアルコールビール	27	0.3
	ハイボール	71	0.0
	清酒 沢の鶴(兵庫 灘) 180ml	182	0.0
	梅酒ロック(つけ梅入)	213	0.0
	梅酒ソーダ割(つけ梅入)	213	0.0
	レモンサワー	47	0.3
	グレープフルーツサワー	47	0.3
	さと特選本格焼酎(麦) グラス	112	0.0
	さと特選本格焼酎(芋) グラス	112	0.0
	純米吟醸 瑞兆 180ml	160	0.0
	純米大吟醸 生酒 300ml	309	0.0

ランチメニュー

※麺・丼商品は、グランドメニュー欄をご確認ください。

	商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
おすすめ	選べるさと和膳(まぐろカツ・ミニざるそばセット)	894	5.3
	※カロリー・塩分は写真のセットのものです。		
	選べるおかず(沖ひらす西京焼)	119	0.7
	選べるおかず(デミチーズハンバーグ)	323	1.6
	選べるおかず(牛すき煮)	186	1.2
	選べるおかず(海老マヨ)	153	0.8
	選べるおかず(大海老フライと若鶏の唐揚げ)	270	2.4
	選べるおかず(まぐろカツ)	252	2.0
	選べるおかず(お刺身4種盛り)	38	0.6
	選べるおかず(牛ステーキ)	143	0.8
	ミニ温うどん	135	3.7
	ミニ温そば	134	3.7
	ミニざるうどん	128	1.2
	ミニざるそば	126	1.1
	なごみ弁当ミニ華ちらし(ミニざるそば)	618	4.8
	なごみ弁当ミニローストビーフ丼(ミニ温うどん)	743	6.8
	なごみ弁当にぎり5貫(ミニざるうどん)	596	4.5
	昼得天丼(赤だし付)	631	2.7
	天丼たれ(30cc)	60	2.3
定食	すりごまロースとんかつ定食	947	6.2
	みそかつ定食	999	6.5
	おろしとんかつ定食	945	7.7
	ハンバーグとまぐろカツ定食	971	7.9
	手付け海鮮フライ定食	775	5.5
	お屋の天ぶら定食	1,049	4.9

おこさまメニュー

商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
板前すしセット	341	2.6
おこさまランチ	649	1.8
選べるお楽しみセット	778	7.4
※カロリー・塩分は写真のセットのものです。		
ミニカレー	379	2.4
すし	156	1.0
ミニ天丼	321	0.1
天丼たれ(15cc)	30	1.1
わんぱくハンバーグ丼	400	0.8
ミニラーメン	185	3.9
ミニ温うどん	133	3.7
ミニ温そば	133	3.7
ミニざるうどん	126	1.2
ミニざるそば	125	1.1
ポテト&唐揚げ	214	1.0
おこさまカレー	379	2.4
おこさまうどん	133	3.7
おこさまカレーうどん	276	2.7
おこさま茶わんむし	49	0.7
おこさまゼリー	64	0.2
おこさまバニラアイスクリーム	118	0.1
おこさままっ茶アイスクリーム	117	0.1

中部地区限定メニュー

商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
味噌煮込みうどん(単品)	658	8.5
海老天入り味噌煮込みうどん(単品)	737	8.6
揚げもち入り味噌煮込みうどん(単品)	844	8.5
豚肉入り味噌煮込みうどん(単品)	810	8.6
全部乗せ 味噌煮込みうどん(単品)	943	8.6
味噌煮込みうどん御膳	1226	10.4
海老天(2尾)	78	0.1
揚げもち2個	186	0.0
豚肉	152	0.0
お持ち帰り用 味噌煮込みうどん	622	6.4

テイクアウトメニュー

	商品名	カロリー (kcal)	塩分 (g)
丼	にぎやか海老天丼	782	2.5
	天丼	624	2.2
	ちく玉海老天丼	930	2.8
	小天丼	402	1.9
	鶏たま天丼	1,027	3.3
	厚切りロースかつ丼	1,140	4.5
	親子丼	778	3.7
	やわらか牛肉のカレーライス	875	4.8
	よくばりダブル丼(うな丼&牛すき丼)	798	2.8
	よくばりダブル丼(天丼&ステーキ丼)	787	4.0
お重	国産牛のすき焼き重	791	2.5
	和風ステーキ重	728	3.0
	うな重	855	5.1
	やわらか牛肉のカレーライス	875	4.8
寿司	寿司盛り合わせ<椿>(3人前)	1,243	11.7
	寿司盛り合わせ<椿>(1人前)	414	3.9
弁当	天ぶら盛り合わせ弁当	634	2.5
	とんかつ弁当	946	1.6
	若鶏の唐揚げ弁当	840	2.8
	ハンバーグと大海老フライ弁当	821	2.7
	ハンバーグとまぐろカツ弁当	867	2.6
	大海老フライとまぐろカツ弁当	757	1.5
	みそかつ弁当	1,038	3.4
	幕の内弁当	668	2.6
	お子様ランチ	588	1.8
	お子様カレー	526	3.1
パーティー	お子様寿司セット	577	4.0
	洋風パーティーセット	1,864	7.7
	よくばりパーティーセット	1,823	10.8
一品	爆盛!!ポテから	1,666	7.7
	若鶏の唐揚げ5個	374	1.8
	若鶏の唐揚げ10個	747	3.6
	若鶏の唐揚げ15個	1,121	5.5
	さとチキ	264	1.3
	唐揚げ&ポテト	603	2.6
	手羽先フライ	234	0.8
	胡麻団子	926	0.0
	枝豆	265	1.3
	焼とり盛り合わせ5種(タレ)	313	1.9
	もも串(タレ)(2本)	174	0.8
	つくね串(タレ)(2本)	163	0.9
	ヤゲン軟骨串(タレ)(2本)	92	0.7
	鶏皮串(タレ)(2本)	227	0.7
	砂肝串(タレ)(2本)	93	0.7
	鶏天(4枚)	313	2.3
	鶏三昧	543	2.4
	海老天ぶら(3尾)	140	1.5
	海老天ぶら(5尾)	218	1.6
	ソースたこ焼き(8個)	354	1.7
お鍋	ポテトフライ(ケチャップ&マヨ)	482	1.8
	焼きようざ 6個	273	2.0
	鶏塩ちゃんこ小鍋(ラーメン付)	567	7.3
	牛もつ小鍋(うどん付)	519	6.8
麺	牛すき小鍋(うどん付)	658	6.0
	大海老天おろしうどん	401	4.2
おかず	天ぶら盛り合わせ	282	1.9
	ロースとんかつ	620	1.4
	みそかつ	712	3.2
	ハンバーグと大海老フライ	495	2.5
	ハンバーグとまぐろカツ	541	2.5
	大海老フライとまぐろカツ	430	1.4
	ご飯(ちりめんのせ)	377	0.2
	赤だし	27	2.0

フェアメニュー（四季めぐり） ※カロリー・塩分は写真のセットのものです。

品名		カロリー(kcal)	塩分(g)
和膳	四季めぐり膳(豆ご飯)(鰹のたたき)	656	6.1
	四季めぐり膳(豆ご飯)(刺身2種)	634	5.7
	桜海老のかき揚げ天井御膳	922	2.9
	天井タレ(30cc)	60	2.3
	豆ご飯と桜海老のかき揚げ御膳(南高梅おろしそば)	697	5.5
	季節のすし和膳<初夏>	634	4.9
	鰹のユッケ丼御膳	1,064	5.2
一品・単品料理	桜海老のかき揚げおろしそば	441	3.9
	桜海老のかき揚げざるそば	377	3.2
	初夏のにぎりすし盛り合わせ(単品)	297	2.1
	豆ご飯	313	1.2
	季節のミニ麺(南高梅おろしそば)	172	2.2
	鰹のたたき(7貫)	156	2.8
	鰹のたたき(5貫)	105	2.0
	ほたるいかのお造り	34	0.7
	炙り車えびのお造り	41	1.7
	鰹のユッケ風	165	1.4
	鰹と桜海老のチョレギ風サラダ	85	1.2
	桜海老のかき揚げ	102	1.0
	鰹天おろし	110	1.3
	鰹にぎり(一貫)	44	0.4
	ほたるいかの小付にぎり(一貫)	34	0.4
	桜海老の手巻き寿司(一貫)	47	0.5
テイクアウト	季節の特選天重(お持ち帰り)	825	2.9

牛タンフェア ※カロリー・塩分は写真のセットのものです。

品名		カロリー(kcal)	塩分(g)
牛タンフェア	厚切り牛タン御膳	877	8.7
	厚切り牛タンととろろ重セット	1,063	6.2
	牛タンにぎり	170	1.3
	ねぎ塩牛タン焼	159	1.1
	キャベツのさっぱり漬	13	1.4
	牛骨スープ	32	3.4

お持ち帰りキャンペーンメニュー

品名		カロリー(kcal)	塩分(g)
肉祭り	厚切り牛タンととろろ重	815	3.9
	牛タン重	747	2.0
	よくばりダブル丼(塩だれ牛タン&ローストビーフ)	746	3.7

デザートメニュー

	品名	カロリー(kcal)	塩分(g)
マンゴーデザート	初夏のマンゴーパフェ	390	0.3
	マンゴードルチェ	243	0.1
	チーズタルト〜ごろっとマンゴー添え〜	300	0.3
	ココナッツプリン	120	0.1
	マンゴーフローズンソーダ	210	0.1
純喫茶	珈琲ゼリー 善哉	253	0.3
	珈琲ゼリー	98	0.2
	抹茶ゼリー 善哉	258	0.1
	抹茶ブラウニー	136	0.1
	メロンクリームソーダ	147	0.1
	ミニチョコパフェ	216	0.3
かき氷	マンゴーフラッペ	140	0.1
	珈琲金時フラッペ	390	0.2
	宇治金時フラッペ	422	0.1
	トッピングミルク	53	0.0
	トッピングアイス(バニラ)	73	0.1
	トッピングアイス(宇治抹茶)	72	0.0
抹茶デザート ミニデザート	宇治抹茶パフェ	389	0.3
	もちもち抹茶ドルチェ	249	0.2
	抹茶白玉	329	0.1
	白玉あずき	142	0.0
	バニラアイス	178	0.2
	抹茶アイス	177	0.1
	みたらし白玉	90	0.4
夫婦善哉	夫婦善哉	284	0.5