すし上等！　カロリー・アレルゲン情報　一覧表

更新日　2018年10月1日
（東日本・東海）

※お問い合わせ先
【お客様相談室】フリーダイヤル
0120-594-096

①カロリー情報は、原則として検査機関で分析した数値です。（一部の食材については、五訂日本食品標準成分表による計算値です。）
　また、店舗でひとつひとつ手作りしているため、実際の商品では数値に誤差が出る場合もございますので、あくまでも『目安』として表示しております。
②アレルギー情報は、商品の原材料についてのものです。
　ただし、工場での食材製造時や店舗での調理時に多くの食材を扱いますので、他の食材が付着・混入する可能性があり、絶対的なものではありません。
　下記表の ●印は原材料としてアレルゲンが含まれるものを表します。
※『銀のさら』『釜寅』『すし上等！』店舗では卵、乳、小麦、えび、かに、そばを含む商品を調理しています。
※ネタの交換をご希望された場合は、カロリー情報・アレルギー情報は変わります。
※ご購入の際は、専門医とご相談のうえ、お客様ご自身が最終的にご判断下さい。
※切玉子を含む桶商品は、切玉子を含めてカロリーを計算しています。
※切玉子、しゃり、ガリ、おしょうゆにつきましては、最終頁をご覧下さい。

すし上等！　メニュー一覧

	商品名	対象人数	貫数	カロリー(kcal)	アレルゲン																										
					卵	乳	小麦	そば	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	バナナ	ゼラチン	ゴマ	カシューナッツ
桶〈5人前～1人前〉 5人前～3人前はガリ30gを含む 2人前はガリ20gを含む 1人前はガリ10gを含む	11種盛り800	1人前	10	674																											
		2人前	20	1,235																											
		3人前	30	1,853	●		●				●		●						●		●										
		4人前	40	2,468																											
		5人前	50	3,083																											
	ネギトロ手巻800	1人前	9	762																											
		2人前	18	1,530																											
		3人前	27	2,287	●		●				●		●						●		●										
		4人前	36	3,047																											
		5人前	45	3,719																											
	炙り800	1人前	10	599																											
		2人前	20	1,198																											
		3人前	30	1,797	●		●				●		●						●		●										
		4人前	40	2,394																											
		5人前	50	2,991																											
	特上	1人前	10	543																											
		2人前	20	1,090																											
		3人前	30	1,642	●		●				●	●	●						●		●	●					●				
		4人前	40	2,182																											
		5人前	50	2,722																											
	ネオ特上	1人前	8	502																											
		2人前	16	1,005																											
		3人前	24	1,507			●					●	●						●		●	●					●				
		4人前	32	2,007																											
		5人前	40	2,507																											
	上	1人前	10	574																											
		2人前	20	1,148																											
		3人前	30	1,722	●		●				●		●						●		●										
		4人前	40	2,293																											
		5人前	50	2,865																											
	ウルトラ特上	1人前	10	626																											
		2人前	20	1,200																											
		3人前	30	1,773	●		●					●	●						●		●	●					●				
		4人前	40	2,344																											
		5人前	50	2,915																											
	大人ブチ	0.5人前	－	285	●		●				●				●				●		●										
丼	上海鮮丼	1人前	－	673	●		●				●	●	●						●		●	●					●				
	うな丼	1人前	－	652			●														●									●	
	ネギトロ丼	1人前	－	659			●														●										
	サーモンイクラ丼	1人前	－	628	●		●					●							●		●	●					●				
	海鮮ちらし	1人前	－	610	●		●				●	●							●		●	●					●				
	あなご丼	1人前	－	612	●		●														●										
	三宝丼	1人前	－	568	●		●					●			●						●	●					●				
肉丼	しょうが焼き丼	1人前	－	898	●		●						●								●		●							●	
	からあげ丼	1人前	－	1,064	●		●														●	●									
	合鴨丼	1人前	－	642	●		●														●										
すしキッズ	キッズ並	1人前	7	562	●		●						●						●		●									●	
	キッズ特上	1人前	8	616	●		●						●						●		●										

	商品名	対象人数	貫数	カロリー(kcal)	アレルゲン																												
					卵	乳	小麦	そば	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	バナナ	ゼラチン	ゴマ	カシューナッツ
お得なセット盛り ガリ10gを含む	マグロづくし	1人前	3	200			●														●											
	貝づくし	1人前	3	151																	●											
	イクラ・ウニ	1人前	4	213			●					●									●	●					●					
	エビづくし	1人前	3	147									●								●											
	イカ2種盛り	1人前	2	94							●										●											
	中トロ4貫	1人前	4	322																	●											
	中トロ握り・トロ鉄火巻セット	1人前	4	422																	●											
	細巻3本セット	1人前	-	541																	●											
	助六	1人前	-	721			●														●											
	さば棒寿司＜8コ＞	8個	ー	925																●	●											
サイドメニュー	からあげ(2コ)	1食	ー	174			●														●	●										
	手羽先(甘辛)2本	-	ー	325		●	●														●	●								●		
	手羽先(甘辛)4本	-	ー	651		●	●														●	●								●		
	おだまき蒸し うどん入り特大茶碗蒸し	1食	ー	151	●		●						●		●						●	●										
	海鮮茶碗蒸し	1食	ー	99	●		●					●	●		●						●	●					●					
	茶碗蒸し	1食	ー	78	●		●						●								●	●										
	カップみそ汁(あさり)	1食	ー	75			●														●											
	カップ赤だし(あさり)	1食	ー	82			●													●	●											
	わらびもち ＜黒みつ付＞	1個	ー	196	●	●	●						●		●						●	●							●			
	お茶	1本	ー	0																												
お好み寿司 握り ガリを含めない	いなり	ー	1	123			●														●											
	イカ	ー	1	46							●										●											
	ゲソ	ー	1	45							●										●											
	あなご	ー	1	54			●														●											
	玉子	ー	1	90	●		●														●											
	炙りさわら	ー	1	53																	●											
	合鴨	ー	1	51	●		●														●											
	エビ	ー	1	50									●								●											
	北海道トロしめさば	ー	1	86																●	●											
	こはだ	ー	1	57																	●											
	ネギトロ	ー	1	67			●														●											
	エビマヨ	ー	1	61	●		●						●								●											
	マグロ	ー	1	51																	●											
	サーモン	ー	1	79															●		●											
	炙りサーモン	ー	1	67															●		●											
	炙りマヨサーモン	ー	1	73	●		●												●		●											
	づけマグロ	ー	1	54			●														●									●		
	甘エビ	ー	1	48									●								●											
	エンガワ	ー	1	79																	●											
	生エビ	ー	1	47									●								●											
	北海道ホタテ	ー	1	52																	●											
	ツブ貝	ー	1	47																	●											
	鮭イクラ	ー	1	57			●					●							●		●	●					●					
	熟成金目鯛	ー	1	58																	●											
	赤貝	ー	1	49																	●											
	イクラ	ー	1	57			●					●									●	●					●					
	中トロ	ー	1	80																	●											
	ウニ	ー	1	49																	●											

	商品名	対象人数	貫数	カロリー(kcal)	アレルゲン																												
					卵	乳	小麦	そば	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	バナナ	ゼラチン	ゴマ	カシューナッツ
細巻 ガリを含めない	かっぱ巻	1本	－	159																	●											
	納豆巻(ネギなし)	1本	－	191																	●											
	かんぴょう巻	1本	－	175			●														●											
	鉄火巻	1本	－	260																	●											
	トロ鉄火巻	1本	－	260																	●											
手巻	ネギトロ手巻	1本	－	225			●														●											
	鉄火手巻	1本	－	138																	●											
	穴きゅう手巻	1本	－	95			●														●											
	サーモン手巻	1本	－	213															●		●											
	納豆手巻	1本	－	209																	●											
	イクラ手巻	1本	－	200			●					●									●	●					●					
	うな手巻	1本	－	227			●														●									●		
	かんぴょう玉子手巻	1本	－	218	●		●														●									●		
	イカ納豆手巻	1本	－	197							●										●											
	ネギマヨサーモン手巻	1本	－	234	●		●												●		●											
	カモたく手巻	1本	－	182	●		●														●											
	トロたく手巻	1本	－	295			●														●											
	サーモンイクラ手巻	1本	－	202			●					●							●		●	●					●					
	からあげ手巻	1本	－	394	●		●														●	●										

※お好み寿司の握りのカロリーアレルゲン表には、ガリを含めておりません。

	しゃり 21g		1	38																	●											
	ガリ 10g(1人前)		－	2																												
	ガリ 20g(2人前)		－	5																												
	ガリ 30g(3～5人前)		－	7																												
	おしょうゆ	1袋	－	8			●														●											