



松のや 栄養成分・アレルギー一覧(パーキングエリア店)

●アレルギー一覧について

- 1. このアレルギー情報は商品の原材料情報を元に作成したものです。
2. 表中の記号について
○:原材料に含まれます。△:原材料生産工場で、当該原材料を含む製品を製造しています。
3. 調理の過程上、アレルギー物質の二次混入をすべて防ぐことはできません。ご理解の上、ご利用をお願い致します。
4. アレルギー物質の感受性は、個人差があります。微量の混入でも発症する可能性があるため、最終的な判断は専門医に相談されることをおすすめ致します。
5. 商品の改良・規格変更等に伴い随時更新されますので、お手数ご利用の都度、最新情報をご確認ください。

●栄養成分一覧について

- 1. 検査機関での分析値および「日本食品標準成分表」に基づき算出した標準値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますのでご了承ください。
2. メニューの栄養成分値には商品に付いている調味料は含まれておりますが、卓上にあるお好みでお使い頂く調味料は含まれておりません。卓上の調味料は一覧下部の「調味料等」欄をご確認ください。
3. メインメニューにはみそ汁の栄養成分値も含まれております。
4. 定食メニューのライスとは並盛の数値です。小盛・大盛・特盛サイズでご注文の場合は、「ライス増減値」をご確認ください。

※詳細につきましては、お客様相談室(0570-05-1129)にお問い合わせください。受付は土日祝祭日、年末年始を除く10:00~16:00です。

Table with columns: 2025年1月8日, 栄養成分 (熱量, たんぱく質, 脂質, 炭水化物, 食塩相当量), アレルギー(特定原材料8品目), アレルギー(特定原材料に準ずるもの20品目). Rows include menu items like ロースかつ定食, 鬼おろしポン酢ロースかつ定食, etc.

メニュー	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	えび	カニ	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ	アーモンド
ロースかつ&本格唐揚げ定食	1111	43.8	48.8	129.6	4.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
ダブルロースかつ定食	1274	45.6	62.1	138.0	3.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
ダブル鬼おろしポン酢ロースかつ定食	1305	46.9	62.1	144.6	5.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	○	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ダブル味噌ロースかつ定食	1369	48.1	64.6	152.5	5.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
ロースかつ&海老フライ(1尾)定食	1072	32.7	51.7	123.5	3.6	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ&海老フライ(2尾)定食	1248	38.1	65.6	130.8	3.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ&有頭大海老フライ(1尾)定食	1149	37.2	56.4	127.8	3.7	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ&有頭大海老フライ(2尾)定食	1403	47.0	75.0	139.5	4.1	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ&ささみかつ(1本)定食	1093	41.4	46.9	131.5	3.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ&ささみかつ(2本)定食	1290	55.5	56.0	146.8	4.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ささみかつ&海老フライ(1尾)定食	1023	42.1	39.6	129.9	3.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ささみかつ&海老フライ(2尾)定食	1199	47.5	53.5	137.2	4.2	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ささみかつ&有頭大海老フライ(1尾)定食	1101	46.6	44.3	134.2	4.0	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ささみかつ&有頭大海老フライ(2尾)定食	1354	56.4	62.9	145.9	4.4	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ&アジフライ定食	1132	37.8	53.5	130.1	4.0	○	—	○	○	—	△	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ&カキフライ(2個)定食	1058	30.7	50.7	124.9	3.8	○	—	○	○	—	—	△	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
海鮮盛合せ定食(カキ2個・アジ1枚・海老1尾)	1027	27.8	50.0	122.0	4.0	○	—	○	○	—	○	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	△	—	—
海鮮盛合せ定食(カキ2個・アジ1枚・有頭大海老1尾)	1104	32.2	54.7	126.3	4.1	○	—	○	○	—	○	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	△	—	—
国産雪国育ち厚切りロースかつ&海老フライ(1尾)定食	1377	48.7	76.9	127.6	5.4	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ&海老フライ(2尾)定食	1553	54.1	90.8	135.0	5.7	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ&有頭大海老フライ(1尾)定食	1454	53.1	81.6	131.9	5.5	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ&有頭大海老フライ(2尾)定食	1707	63.0	100.2	143.6	5.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ&唐揚げ(3個)定食	1416	59.7	74.0	133.8	5.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ&ささみかつ(1枚)定食	1398	57.4	72.0	135.6	5.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ&ささみかつ(2枚)定食	1595	71.5	81.1	150.9	6.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ダブル国産雪国育ち丸太ヒレかつ定食	1207	60.1	45.3	146.2	5.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
ロースかつ&国産雪国育ち丸太ヒレかつ定食	1240	52.9	53.7	142.1	5.1	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ&国産雪国育ち丸太ヒレかつ定食	1545	68.8	78.8	146.2	5.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
国産雪国育ち丸太ヒレかつ&海老フライ(1尾)定食	1039	40.0	43.3	127.6	5.4	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち丸太ヒレかつ&海老フライ(2尾)定食	1215	45.4	57.2	134.9	5.7	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち丸太ヒレかつ&有頭大海老フライ(1尾)定食	1116	44.4	48.0	131.9	5.5	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
国産雪国育ち丸太ヒレかつ&有頭大海老フライ(2尾)定食	1370	54.3	66.6	143.6	5.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	○	△	—	△	—	△
ロースかつ丼 並盛	1012	39.7	41.3	120.5	5.5	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	△	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
ロースかつ丼 大盛	1190	43.3	41.6	161.6	6.9	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	△	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
味噌ロースかつ丼 並盛	913	28.5	34.1	125.1	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
味噌ロースかつ丼 大盛	1069	31.0	34.4	162.2	4.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	○	—	△
親子ささみかつ丼 並盛	963	49.1	29.2	127.0	5.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	△	—	△	○	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	△	—	△
親子ささみかつ丼 大盛	1142	52.7	29.5	168.1	7.1	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	△	—	△	○	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	△	—	△
カキフライとじ丼 並盛	893	27.8	36.8	113.8	5.6	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
カキフライとじ丼 大盛	1071	31.4	37.1	154.9	7.0	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
国産雪国育ち厚切りロースかつ丼 並盛	1316	55.7	66.5	124.7	5.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	△	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
国産雪国育ち厚切りロースかつ丼 大盛	1495	59.3	66.8	165.8	7.2	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	△	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△

メニュー	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	えび	カニ	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ	アーモンド	
丼	国産雪国育ち丸太ヒレかつ丼 並盛	979	47.0	32.9	124.6	5.8	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	△	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	国産雪国育ち丸太ヒレかつ丼 大盛	1157	50.6	33.2	165.7	7.1	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	△	—	△	○	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
カレー	松のやのロースかつ黒カレー 並盛	956	31.1	40.5	120.7	4.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	△	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△	
	松のやのロースかつ黒カレー 大盛	1149	35.0	42.9	160.8	4.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	△	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△	
	松のやの本格唐揚げ黒カレー 並盛	860	29.8	33.3	114.7	5.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	△	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△	
	松のやの本格唐揚げ黒カレー 大盛	1052	33.8	35.7	154.7	6.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	△	—	○	—	△	○	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△
	松のやの海老フライ黒カレー 並盛	931	23.6	44.0	113.5	4.9	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	松のやの海老フライ黒カレー 大盛	1123	27.6	46.5	153.6	5.5	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	松のやのコロッケ黒カレー 並盛	983	18.9	41.2	138.0	4.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	松のやのコロッケ黒カレー 大盛	1176	22.9	43.6	178.1	5.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	松のやのささみかつ黒カレー 並盛	973	41.0	34.4	129.5	5.4	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△
	松のやのささみかつ黒カレー 大盛	1165	45.0	36.8	169.5	6.0	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	○	—	△	○	○	○	—	—	△	○	△	—	○	—	△
	松のやのカキフライ黒カレー 並盛	822	18.0	35.6	111.9	5.0	○	—	○	○	—	—	△	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
	松のやのカキフライ黒カレー 大盛	1014	21.9	38.0	152.0	5.6	○	—	○	○	—	—	△	—	—	—	—	—	○	—	—	○	○	○	○	—	—	—	○	—	—	○	—	—
朝定食・お子様	得朝ロースかつ定食	872	27.2	34.6	117.1	2.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	得朝ささみかつ定食	823	36.6	22.4	123.5	3.0	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	得朝ささみかつ&コロッケ定食	783	24.7	23.7	122.1	2.9	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	得朝ソーセージエッグ定食	676	23.4	23.3	93.9	2.7	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	得朝アジフライ定食	665	18.8	19.9	106.9	2.6	○	—	○	○	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—
	<選べる小鉢>コロッケ	157	2.2	10.3	13.9	0.4	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	<選べる小鉢>納豆(別添の青ネギ含む)	80	6.4	3.9	6.4	0.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	<選べる小鉢>冷奴	85	7.1	4.4	4.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	お子様プレート	762	17.5	25.8	116.8	1.7	○	—	○	○	—	○	—	—	—	—	—	○	△	△	—	△	○	○	△	—	△	△	○	△	○	○	—	△
	マミー	91	0.8	0.0	22.1	0~0.1	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
惣菜	単品ロースかつ(1枚)	443	18.8	30.3	24.3	0.9	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	
	単品本格唐揚げ(1個)	94	5.7	5.7	5.3	0.5	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品本格唐揚げ(3個)	281	17.0	17.0	15.9	1.5	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品本格唐揚げ(5個)	468	28.4	28.4	26.5	2.6	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品本格唐揚げ(8個)	749	45.4	45.4	42.3	4.1	○	—	△	○	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	○	—	△	
	単品海老フライ(1尾)(タルタルソース除く)	176	5.4	13.9	7.3	0.3	○	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品有頭大海老フライ(1尾)(タルタルソース除く)	253	9.9	18.6	11.7	0.4	○	—	○	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品コロッケ(1個)	157	2.2	10.3	13.9	0.4	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品アジフライ(1尾)	236	10.5	15.7	14.0	0.7	○	—	△	△	—	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	△	—	—
	単品カキフライ(2個)(タルタルソース除く)	162	3.5	12.9	8.8	0.5	○	—	○	○	—	—	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品ささみかつ(1枚)(タルタルソース除く)	197	14.1	9.1	15.3	0.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	○	△	—	—	△	△	△	—	△	—	△
	ポテトフライ	329	3.5	15.8	40.9	0.9	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	単品国産雪国育ち厚切りロースかつ(1枚)	748	34.8	55.5	28.4	2.7	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△
単品国産雪国育ち丸太ヒレかつ(1本)	410	26.1	21.9	28.4	2.6	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	△	—	△	—	△	○	△	○	—	—	△	△	△	—	△	—	△	

メニュー	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	えび	カニ	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ	アーモンド	
タルタルソース	66	0.5	6.0	2.4	0.8	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—		
単品ふりかけ(さけ)	11	0.5	0.6	1.1	0.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
単品ふりかけ(たまご)	11	0.4	0.5	1.2	0.2	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	
生玉子	71	5.8	4.8	0.1	0.2	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
トッピングポテサラ	92	1.0	5.6	9.2	0.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
ミニポテキャベ	56	1.2	2.9	7.2	0.3	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
千切りキャベツ	17	1.0	0.2	4.2	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
ポテキャベ	109	2.1	5.8	13.3	0.5	○	—	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
トッピングソーセージ(1本)	87	3.5	7.5	0.8	0.5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
納豆(別添の青ネギ含む)	80	6.4	3.9	6.4	0.6	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
冷奴	85	7.1	4.4	4.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
鬼おろしポン酢	32	1.4	0.1	6.5	1.7	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—		
ミニ鬼おろしポン酢	17	0.7	0.0	3.5	0.8	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	○	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—		
味噌ソース	95	2.5	2.5	14.5	2.1	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—		
豚汁	143	7.1	7.1	12.1	3.2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—		
目玉焼き&ソーセージ	246	15.1	19.0	1.1	0.8	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—	—	—	—	—		
ライス(小盛)	234	3.8	0.5	55.7	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
ライス(並盛)	343	5.5	0.7	81.6	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
ライス(大盛)	499	8.0	1.0	118.7	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
ライス(特盛)	624	10.0	1.2	148.4	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
みそ汁	28	1.4	0.7	3.7	1.6	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
ライス増量																																		
定食ライス並盛→小盛変更の栄養成分増減値	-109	-1.8	-0.2	-26.0	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
定食ライス並盛→大盛変更の栄養成分増減値	156	2.5	0.3	37.1	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
定食ライス並盛→特盛変更の栄養成分増減値	281	4.5	0.5	66.8	0.0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
調味料等																																		
中濃ソース(20g)	23	0.2	0.0	5.5	1.2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—		
特製ソース(20g)	25	0.3	0.1	5.7	1.0	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	○	—	○	—	—	○	—	○	—	—	—		
人参ドレッシング(30g)	58	0.6	4.4	3.8	1.3	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
ノンオイルすだちドレッシング(30g)	30	0.6	0.0	7.1	2.2	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	○	—	○	—	—	—		
七味唐辛子(0.2g)	1	0.0	0.0	0.1	0.0	—	—	—	—	—	△	△	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—		
醤油(5g)	4	0.4	0.0	0.5	0.7	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
からし(2g)	3	0.2	0.1	0.3	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		