銀のさら　カロリー・アレルゲン情報 一覧表

※お問い合わせ先
【お客様相談室】フリーダイヤル
0120-594-096

更新日　2025年4月1日
（西九）

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。

銀のさら　メニュー一覧

	商品名	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	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	魚醤（魚介類）	アーモンド
桶 <5人前～1人前>	神楽（かぐら）5人前	3519	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	神楽（かぐら）4人前	2815	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	神楽（かぐら）3人前	2112	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	神楽（かぐら）2人前	1408	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	神楽（かぐら）1人前	704	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	紫苑（しおん）5人前	3093			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	紫苑（しおん）4人前	2474			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	紫苑（しおん）3人前	1856			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	紫苑（しおん）2人前	1237			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	紫苑（しおん）1人前	619			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	桜花（おうか）5人前	3120	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	桜花（おうか）4人前	2496	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	桜花（おうか）3人前	1872	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	桜花（おうか）2人前	1248	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	桜花（おうか）1人前	624	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	柚葉（ゆずは）5人前	3002	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	柚葉（ゆずは）4人前	2402	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	柚葉（ゆずは）3人前	1801	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	柚葉（ゆずは）2人前	1201	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	柚葉（ゆずは）1人前	600	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	若菜（わかな）5人前	2845	●		●				●		●		●				●	●	●													
	若菜（わかな）4人前	2342	●		●				●		●		●				●	●	●													
	若菜（わかな）3人前	1840	●		●				●		●		●				●	●	●													
	凪（なぎ）5人前	3276	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	凪（なぎ）4人前	2620	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	凪（なぎ）3人前	1965	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	凪（なぎ）2人前	1310	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	凪（なぎ）1人前	655	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	宴（うたげ）5人前	4020	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●				
	宴（うたげ）4人前	3283	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●				
	宴（うたげ）3人前	2546	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●				
	宴（うたげ）2人前	1642	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●				
	宴（うたげ）1人前	821	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●				
	憩（いこい）4人前	2728	●		●				●		●						●	●	●													
桶＜1人前＞	銀朱（ぎんしゅ）	767	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	八雲（やくも）	534	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	大和（やまと）	698	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	京（みやこ）	614	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	凛（りん）	546	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	初音（はつね）	594	●		●				●		●		●				●	●	●													
	キッズほし	523	●	●	●					●	●	●	●				●	●	●	●			●		●							
	キッズそら	558	●	●	●							●					●	●	●	●			●		●							
づくし・単品桶	人気細巻3本（ネギ有）	550			●														●													
	人気細巻3本（ネギ無）	549			●														●													
	人気手巻3本(ﾈｷﾞ有)	408			●					●								●	●	●					●							
	人気手巻3本(ﾈｷﾞ無)	407			●					●								●	●	●					●							
	納豆巻3本(ﾈｷﾞ有)	621																	●													
	納豆巻3本(ﾈｷﾞ無)	621																	●													
	トロづくし	613			●						●		●						●													
	助六	744			●														●													
	トロ鉄火巻3本	768			●														●													
	いなり8コ	912			●														●													
	マグロ3貫盛り	247																	●													
	ウニ・イクラ4貫盛り	210			●					●	●		●					●	●	●					●							
	貝づくし	146											●						●													
	活〆ハマチ・活〆真鯛4貫盛り	280																	●													
	中トロ・炙り中トロ4貫盛り	380																	●													
	炙り3種盛り	221															●		●													
	光2種盛り	244																●	●													
	マグロづくし	466									●								●													
	バッテラ	516			●													●	●													
	炙りさばの磯棒寿司	651			●													●	●								●					
	サーモンづくし	584			●					●	●		●				●	●	●	●					●							
寿司重・うな重	特上ちらし	823	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	サーモンいくら重	863	●		●					●							●	●	●	●					●							
	トロ鉄火重	849	●		●													●	●											●		
	温玉ネギトロ重	806	●		●														●													
	海鮮ばらちらし	806	●		●				●	●							●	●	●	●					●							
	胡麻だれマグロ重	730			●														●											●		
	うな重（上）	910			●														●													
	うな重（特上）	1085			●														●													

	商品名	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	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	黒醤（魚介類）	アーモンド				
お好み寿司（握り）	いなり	115			●														●																
	イカ	47							●										●																
	煮あなご	58			●														●																
	玉子	86	●		●													●	●																
	納豆軍艦（ネギ有）	56									●		●						●																
	納豆軍艦（ネギ無）	56									●		●						●																
	しめさば	70																●	●																
	炙りしめさば	70																●	●																
	こはだ	52																	●																
	エビ	48									●								●																
	平目昆布〆	48																	●																
	タコ	47																		●															
	ネギトロ軍艦	56									●		●						●																
	エビマヨ軍艦	59	●		●						●		●						●																
	甘エビ	46									●								●																
	マグロ	61																	●																
	づけマグロ	60			●														●									●							
	サーモン	89															●		●																
	炙りサーモン	89															●		●																
	生エビ	45									●								●																
	エンガワ	63																	●																
	ホタテ	49																	●																
	炙りホタテ	49																	●																
	特選大あなご	65			●														●																
	ツブ貝	45																	●																
	うなぎ	79			●														●																
	特選サーモン	65															●		●																
	炙り特選サーモン	65															●		●																
	特選大ホタテ	59																	●																
	サーモンイクラ軍艦	57			●				●	●		●					●	●	●	●					●										
	トロサーモン	77															●		●																
	炙りトロサーモン	77															●		●																
	活〆ハマチ	80																		●															
	活〆真鯛	60																		●															
	大生エビ	51									●								●																
	赤貝	50																	●																
	中トロ軍艦	65									●		●						●																
	イクラ軍艦	58			●					●	●		●					●	●	●					●										
	中トロ	95																	●																
	炙り中トロ	95																	●																
	大トロ	115																	●																
	ウニ軍艦	47									●		●						●																
	一本あなご	180			●														●									●							
お好み寿司（細巻）（手巻）（太巻）	かっぱ巻	149																	●																
	梅しそキュウリ巻	168																	●																
	かんぴょう巻	198			●														●																
	納豆巻（ネギ有）	207																	●																
	納豆巻（ネギ無）	207																	●																
	お新香巻	177			●														●																
	イカしそ巻	171							●										●																
	あなごキュウリ巻	190			●														●																
	鉄火巻	182																	●																
	ネギトロ巻	173																	●																
	トロたく巻	167			●														●																
	ハマチしそ巻	932																	●																
	鯛しそ巻	194																	●																
	トロ鉄火巻	253																	●																
	梅しそキュウリ手巻	79																	●																
	納豆手巻（ネギ有）	101																	●																
	納豆手巻（ネギ無）	101																	●																
	玉子手巻	121	●		●													●	●																
	イカ納豆手巻（ネギ有）	101							●										●																
	イカ納豆手巻（ネギ無）	101							●										●																
	梅納豆手巻（ネギ有）	109																	●																
	梅納豆手巻（ネギ無）	109																	●																
	鉄火手巻	94																	●																
	ネギトロ手巻	100																	●																
	サーモン手巻	116															●		●																
	トロサーモン巻	292															●		●																
	トロサーモン手巻	153															●		●																
	イクラ手巻	96			●					●								●	●	●					●										
	トロ鉄火手巻（ネギ有）	135																	●																
	トロ鉄火手巻（ネギ無）	135																	●																
	上巻	665	●		●						●							●	●																
	海鮮巻	676	●		●				●		●						●	●	●																
	海鮮特上巻	818	●		●				●		●						●	●	●																
	サーモンレタス太巻	867	●		●												●		●																
	海鮮巻	662	●		●				●								●	●	●																
	サーモン太巻	770	●		●					●							●	●	●	●					●										
	エビマヨ太巻	724	●		●						●								●																

	商品名	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	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	魚醤（魚介類）	アーモンド						
ランチ	特選ランチ握り	505			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	ランチ握りセットA	613	●		●				●		●		●				●	●	●																		
	ランチ握りセットB	503			●				●		●		●				●		●									●									
	ランチ上ちらしセット	574	●		●				●		●						●	●	●																		
	ランチ華ちらしセット	553	●		●				●	●							●	●	●	●					●												
	ランチ温玉づけ丼セット	613	●		●				●								●		●									●									
サイドメニュー	竜田揚げ（5コ）（ポン酢）	342	●	●	●													●	●	●																	
	竜田揚げ（5コ）（タルタル）	459	●	●	●														●	●																	
	竜田揚げ（10コ）（ポン酢）	684	●	●	●													●	●	●																	
	竜田揚げ（10コ）（タルタル）	917	●	●	●														●	●																	
	手羽先4本	215	●		●														●	●								●									
	竜田揚げ（2コ）	129	●	●	●														●	●																	
	手羽先2本	107	●		●														●	●								●									
	手羽先2本	107	●		●														●	●								●									
	カップ赤だし（あさり）	82			●													●	●																	
	カップみそ汁（あさり）	75			●														●																	
	カップお吸い物（あさり）	73			●													●	●																	
	茶碗蒸し	172	●	●	●						●								●	●																	
	枝豆	264																	●																	
	クレームブリュレ	398	●	●	●														●								●									
	わらびもち	281																	●																	
	濃厚バスクチーズケーキ	158	●	●																																
	ミルクチョコレート　アイス	166		●															●																	
	豚汁	94			●														●		●															
	お茶(1本)	0																																		
	刺身盛り	161			●				●		●								●																	
	刺身盛り(上)	382			●						●		●				●		●																	
	刺身盛り(特上)	679			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	ぶっかけうどん	228			●													●	●																	
	温玉ぶっかけうどん	319	●		●													●	●																	
期間限定メニュー ＜5人前～1人前＞	躍(おどり)5人前	4011	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	躍(おどり)4人前	3209	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	躍(おどり)3人前	2407	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	躍(おどり)2人前	1604	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	躍(おどり)1人前	802	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	舞(まい)5人前	2811			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	舞(まい)4人前	2249			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	舞(まい)3人前	1687			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	舞(まい)2人前	1124			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	舞(まい)1人前	562			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●											
	エビづくし	457			●						●								●																	
	大生エビ	56									●								●																	
	生車エビ	51									●								●																	