銀のさら　カロリー・アレルゲン情報 一覧表

更新日　2021年1月14日
（東日本）

※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。
※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。

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
	雅（みやび）5人前	3663	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	雅（みやび）4人前	2933	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	雅（みやび）3人前	2202	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	雅（みやび）2人前	1468	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	雅（みやび）1人前	734	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	扇（おうぎ）5人前	3658	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	扇（おうぎ）4人前	2929	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	扇（おうぎ）3人前	2199	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	扇（おうぎ）2人前	1466	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	扇（おうぎ）1人前	733	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	相模（さがみ）5人前	3073			●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	相模（さがみ）4人前	2460			●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	相模（さがみ）3人前	1848			●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	相模（さがみ）2人前	1232			●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	相模（さがみ）1人前	616			●				●	●	●						●	●	●	●					●				
桶 ＜5人前～1人前＞ 5人前～3人前はガリ30g、 2人前はガリ20g、 1.5～1人前はガリ10gを含む	月（つき）5人前	3168	●		●				●		●						●		●					●				●	
	月（つき）4人前	2536	●		●				●		●						●		●					●				●	
	月（つき）3人前	1905	●		●				●		●						●		●					●				●	
	月（つき）2人前	1270	●		●				●		●						●		●					●				●	
	月（つき）1人前	635	●		●				●		●						●		●					●				●	
	宴（うたげ）5人前	3908	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				●	
	宴（うたげ）4人前	3233	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				●	
	宴（うたげ）3人前	2557	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				●	
	宴（うたげ）2人前	1618	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				●	
	宴（うたげ）1人前	809	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				●	
	加賀（かが）5人前	3103	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	加賀（かが）4人前	2485	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	加賀（かが）3人前	1866	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	加賀（かが）2人前	1244	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	加賀（かが）1人前	622	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	信濃（しなの）5人前	2942	●		●				●		●						●	●	●											
	信濃（しなの）4人前	2432	●		●				●		●						●	●	●											
	信濃（しなの）3人前	1922	●		●				●		●						●	●	●											
	信濃（しなの）2人前	1218	●		●				●		●						●	●	●											
	信濃（しなの）1人前	609	●		●				●		●						●	●	●											
桶＜1人前＞ ガリ10gを含む	匠（たくみ）	709	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	極（きわみ）	750	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	山代（やましろ）	865	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●					
	佐渡（さど）	764	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	お子様にぎり	545	●		●						●						●	●	●											
づくし・単品桶 ガリ10gを含む	いなり8コ	946			●														●											
	助六	774			●														●											
	貝づくし	153																												
	マグロ3貫盛り	255																												
	トロ鉄火巻3本	794																												
	人気細巻3本（ネギ有）	560																	●											
	ウニ・イクラ4貫盛り	220			●					●								●	●	●					●					
	トロづくし	631																												
すし重 ガリ10gを含む	海鮮ばらちらし	778	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	温玉ネギトロ重	801	●																											
	トロ鉄火重	810	●		●													●	●											
	特上ちらし	831	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●					
	鮭いくら重	853	●		●					●							●	●	●	●					●					
うな重	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
お好み寿司 （握り） ガリを含めない	一本あなご	184			●														●									●	
	いなり1コ	117			●														●										
	玉子（1貫）	88	●		●													●	●										
	こはだ（1貫）	54																											
	エビ（1貫）	50									●																		
	ネギトロ（1貫）	58																											
	エビマヨ（1貫）	61	●		●						●								●										
	マグロ（1貫）	63																											
	づけマグロ（1貫）	62																										●	
	甘エビ（1貫）	48									●																		
	江戸前玉子（1貫）	63	●		●																			●					
	サーモン（1貫）	91															●												
	炙りサーモン（1貫）	91															●												
	ハマチ（1貫）	82																											
	生エビ（1貫）	47									●																		
	北海道ホタテ（1貫）	51																											
	ツブ貝（1貫）	47																											
	エンガワ（1貫）	65																											
	炙りエンガワ（1貫）	65																											
	鮭イクラ（1貫）	59			●					●							●	●	●	●					●				
	生車エビ（1貫）	50									●																		
	煮はまぐり（1貫）	68			●														●										
	赤貝（1貫）	51																											
	イクラ（1貫）	60			●					●								●	●	●					●				
	中トロ（1貫）	97																											
	炙り中トロ（1貫）	97																											
	炙りのどぐろ（1貫）	55																											
	大ズワイガニ（1貫）	52											●																
	大トロ（1貫）	87																											
	ウニ（1貫）	49																											
	本ズワイガニ軍艦（1貫）	45											●																
	湯引き真鯛（1貫）	60																											
	真イカ（1貫）	49							●																				
	煮あなご（1貫）	60			●														●										
	金華しめさば（1貫）	72																●											
	炙り金華しめさば（1貫）	72																●											
	金目鯛（1貫）	58																											
	うなぎ（1貫）	81			●														●										
	本ズワイガニ（1貫）	45											●																
	金目鯛（ゆず）	58																											
	平目昆布〆（1貫）	39																											
	蝦夷アワビ（1貫）	39																											
	大車エビ（1貫）	60																											
お好み寿司 （細巻） ガリを含めない	かっぱ巻	162																											
	かんぴょう巻	206			●														●										
	納豆巻（ネギ有）	196																	●										
	イカしそ巻	179							●																				
	あなごキュウリ巻	202			●														●										
	鉄火巻	190																											
	ネギトロ巻	184																											
	トロたく巻	176			●														●										
	トロ鉄火巻	261																											
	梅しそキュウリ巻	181																											
	お新香巻	185			●														●										
お好み寿司 （手巻） ガリを含めない	梅しそキュウリ手巻	88																											
	玉子手巻	129	●		●													●	●										
	鉄火手巻	98																											
	ネギトロ手巻	105																											
	サーモン手巻	120															●												
	イクラ手巻	100			●					●								●	●	●					●				
	梅納豆手巻（ネギ有）	114																	●										
	納豆手巻（ネギ有）	109																	●										
	イカ納豆手巻（ネギ有）	106							●										●										
	イカ納豆手巻（ネギ有）	106							●										●										
	トロ鉄火手巻（ネギ有）	139																											
	金目鯛手巻	99																											

	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
ランチ ガリ10gを含む	特選ランチ握り	505			●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	ランチ握りセットA＋うどん	836	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	ランチ握りセットA＋みそ汁	688	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	ランチ握りセットA＋お茶	613	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	ランチ握りセットB＋うどん	726			●				●		●						●	●	●									●	
	ランチ握りセットB＋みそ汁	577			●				●		●						●		●									●	
	ランチ握りセットB＋お茶	503			●				●		●						●		●									●	
	ランチ上ちらしセット＋うどん	797	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	ランチ上ちらしセット＋みそ汁	648	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	ランチ上ちらしセット＋お茶	574	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	ランチ華ちらしセット＋うどん	776	●		●				●	●							●	●	●	●					●				
	ランチ華ちらしセット＋みそ汁	627	●		●				●	●							●	●	●	●					●				
	ランチ華ちらしセット＋お茶	553	●		●				●	●							●	●	●	●					●				
	ランチ温玉づけ丼セット＋うどん	836	●		●				●								●	●	●									●	
	ランチ温玉づけ丼セット＋みそ汁	688	●		●				●								●		●									●	
	ランチ温玉づけ丼セット＋お茶	613	●		●				●								●		●									●	
サイドメニュー	おだまき蒸し	134	●		●						●								●	●									
	竜田揚げ（10コ）（タルタル）	1100	●		●														●	●									
	竜田揚げ（10コ）（ポン酢）	572			●														●	●									
	竜田揚げ（5コ）（タルタル）	550	●		●														●	●									
	竜田揚げ（5コ）（ポン酢）	286			●														●	●									
	手羽先2本	87	●		●														●	●								●	
	手羽先4本	173	●		●														●	●								●	
	ぶっかけうどん	223			●													●	●										
	カップ赤だし（あさり）	82			●													●	●										
	カップみそ汁（あさり）	75																											
	お吸い物	8		●	●													●											
	わらびもち	196																	●										
	フォンダンショコラ	398	●	●															●										
	ベリーストロベリーアイス	148		●																									
	刺身盛り	247							●		●																		
	刺身盛り（上）	354									●						●												
	刺身盛り（特上）	691			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●				
	茶碗蒸し	78	●		●						●								●	●									
	海鮮茶碗蒸し（ゆず）	103	●		●					●	●							●	●	●					●				
	お茶（1本）	0																											
	温玉ぶっかけうどん	313	●		●													●	●										
期間限定メニュー ＜5人前～1人前＞ 5人前～3人前はガリ30g、 2人前はガリ20g、 1.5～1人前はガリ10gを含む	恵方巻（ハーフ）	385	●		●				●								●	●	●										
	恵方巻（上巻）	672	●		●						●							●	●										
	恵方巻（海鮮特上巻）	822	●		●				●		●						●	●	●										
	節分巻	500	●		●													●	●										
	賑（にぎわい）5人前	4039	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	賑（にぎわい）3人前	2569	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●				
	躍（おどり）5人前	3825	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	躍（おどり）4人前	3062	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	躍（おどり）3人前	2299	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	躍（おどり）2人前	1533	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	躍（おどり）1人前	766	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●				
	舞（まい）5人前	3494	●		●					●	●						●	●	●	●					●				
	舞（まい）4人前	2797	●		●					●	●						●	●	●	●					●				
	舞（まい）3人前	2100	●		●					●	●						●	●	●	●					●				
	舞（まい）2人前	1400	●		●					●	●						●	●	●	●					●				
	舞（まい）1人前	700	●		●					●	●						●	●	●	●					●				
	エビづくし	434									●																		
	大生エビ（1貫）	56									●																		
	炙り大エビ（1貫）	57									●																		
	本ミル貝（1貫）	39																											
	愛媛県産　媛スマ	43																											
	しゃり　21g	38																	●										
	ガリ　10g	4																											
	ガリ　20g	7																											
	ガリ　30g	11																											
	おしょうゆ	9			●														●										