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　2023年10月1日
（東日本）

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	魚醤（魚介類）	アーモンド
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	雅（みやび）5人前	3707	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）4人前	2967	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）3人前	2226	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）2人前	1484	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）1人前	742	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）5人前	3813	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）4人前	3051	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）3人前	2290	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）2人前	1527	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）1人前	763	●		●			●		●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）5人前	3129	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）4人前	2504	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）3人前	1879	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）2人前	1253	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）1人前	626	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	宴（うたげ）5人前	3902	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）4人前	3227	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）3人前	2552	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）2人前	1614	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）1人前	807	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	加賀（かが）5人前	3093	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）4人前	2476	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）3人前	1858	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）2人前	1239	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）1人前	619	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	信濃（しなの）5人前	2932	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）4人前	2423	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）3人前	1913	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）2人前	1212	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）1人前	606	●		●				●		●		●				●	●	●												
	唯（ゆい）5人前	3469	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）4人前	2776	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）3人前	2083	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）2人前	1389	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）1人前	694	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
桶＜1人前＞ ガリ10gを含む	極（きわみ）	746	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	匠（たくみ）	675	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	山代（やましろ）	871	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	薩摩（さつま）	619	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	和（なごみ）	602	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	佐渡（さど）	735	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	お子様にぎり	540	●		●						●		●				●	●	●												
づくし・単品桶 ガリ10gを含む	人気細巻3本（ネギ有）	552			●														●												
	人気細巻3本（ネギ無）	552			●														●												
	トロづくし	629			●						●		●						●												
	助六	772			●														●												
	トロ鉄火巻3本	792			●														●												
	いなり8コ	944			●														●												
	マグロ3貫盛り	253																	●												
	ウニ・イクラ4貫盛り	218			●					●	●		●					●	●	●					●						
	ハマチ3貫	497																	●												
	ハマチ・真鯛4貫盛り	284																	●												
	貝づくし	152											●						●												
すし重 ガリ10gを含む	海鮮ばらちらし	780	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●						
	温玉ネギトロ重	801	●		●														●												
	トロ鉄火重	810	●		●													●	●												
	鮭いくら重	853	●		●					●							●	●	●	●					●						
	特上ちらし	831	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●						
	胡麻だれマグロ重	721			●														●									●			
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	魚醤（魚介類）	アーモンド				
お好み寿司 （握り） ガリを含めない	いなり（1コ）	117			●														●																
	真イカ（1貫）	49							●										●																
	煮あなご（1貫）	60			●														●																
	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	●		●						●		●						●																
	甘エビ（1貫）	48									●								●																
	マグロ（1貫）	63																	●																
	づけマグロ（1貫）	62			●														●									●							
	ビンチョウマグロ（1貫）	58																	●																
	サーモン（1貫）	91															●		●																
	炙りサーモン（1貫）	91															●		●																
	生エビ（1貫）	47									●								●																
	エンガワ（1貫）	65																	●																
	炙りエンガワ（1貫）	65																	●																
	ホタテ（1貫）	51																	●																
	ツブ貝（1貫）	47											●						●																
	うなぎ（1貫）	81			●														●																
	鮭イクラ（1貫）	59			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	トロサーモン（1貫）	79															●		●																
	炙りトロサーモン（1貫）	79															●		●																
	ハマチ（1貫）	82																	●																
	金目鯛（1貫）	58																	●																
	生車エビ（1貫）	50									●								●																
	中トロ軍艦（1貫）	67									●		●						●																
	イクラ（1貫）	60			●					●	●		●					●	●	●					●										
	富山白エビ	45									●		●						●																
	炙りのどぐろ（1貫）	55																	●																
	中トロ（1貫）	97																	●																
	炙り中トロ（1貫）	97																	●																
	大トロ（1貫）	87																	●																
	蝦夷アワビ（1貫）	56						●											●																
	ウニ（1貫）	49									●		●						●																
	一本あなご	182			●														●									●							
	さより（1貫）	48																	●																
	真鯛（1貫）	59																	●																
	しめさば（1貫）	72																●	●																
	炙りしめさば（1貫）	72																●	●																
	納豆軍艦（ネギ有）	58									●		●						●																
	納豆軍艦（ネギ無）	58									●		●						●																
	殻付き本ズワイガニ（1貫）	52											●						●																
	赤貝（1貫）	52																	●																
	しらうお（1貫）	46			●						●		●						●																
お好み寿司 （細巻）（太巻）（手巻） ガリを含めない	かっぱ巻	157																	●																
	梅しそキュウリ巻	176																	●																
	かんぴょう巻	206			●														●																
	納豆巻（ネギ有）	195																	●																
	納豆巻（ネギ無）	195																	●																
	お新香巻	185			●														●																
	イカしそ巻	179							●										●																
	あなごキュウリ巻	198			●														●																
	鉄火巻	190																	●																
	ネギトロ巻	181																	●																
	トロたく巻	175			●														●																
	トロ鉄火巻	261																	●																
	梅しそキュウリ手巻	87																	●																
	納豆手巻（ネギ有）	109																	●																
	納豆手巻（ネギ無）	109																	●																
	玉子手巻	129	●		●													●	●																
	イカ納豆手巻（ネギ有）	105							●										●																
	カ納豆手巻（ネギ無）	105							●										●																
	梅納豆手巻（ネギ有）	113																	●																
	梅納豆手巻（ネギ無）	113																	●																
	鉄火手巻	98																	●																
	ネギトロ手巻	104																	●																
	サーモン手巻	120															●		●																
	金目鯛手巻	99																	●																
	イクラ手巻	100			●					●								●	●	●					●										
	トロ鉄火手巻（ネギ有）	139																	●																
	トロ鉄火手巻（ネギ無）	139																	●																
	ハマチしそ巻	940																	●																
	鯛しそ巻	202																	●																

	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 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＋赤だし	695	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●										
	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＋赤だし	584			●				●		●						●	●	●									●							
	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＋赤だし	655	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●										
	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＋赤だし	634	●		●				●	●							●	●	●	●					●										
	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＋赤だし	695	●		●				●								●	●	●									●							
	ランチ温玉づけ丼セット＋お茶	613	●		●				●								●		●									●							
サイドメニュー	竜田揚げ（5コ）（ポン酢）	286	●	●	●													●	●	●															
	竜田揚げ（5コ）（タルタル）	402	●	●	●														●	●															
	竜田揚げ（10コ）（ポン酢）	572	●	●	●													●	●	●															
	竜田揚げ（10コ）（タルタル）	668	●	●	●														●	●															
	手羽先4本	173	●		●														●	●								●							
	手羽先2本	87	●		●														●	●								●							
	カップ赤だし（あさり）	82			●													●	●																
	カップみそ汁（あさり）	75			●														●																
	茶碗蒸し	72	●	●	●						●								●	●															
	海鮮茶碗蒸し	136	●	●	●						●		●						●																
	枝豆	264																	●																
	ぶっかけうどん	222			●													●	●																
	温玉ぶっかけうどん	312	●		●													●	●																
	お茶（1本）	0																																	
	お吸い物	8		●	●													●	●																
	クレームブリュレ	240	●	●	●														●								●								
	わらびもち	196																	●																
	刺身盛り	247			●				●		●								●																
	刺身盛り（上）	354			●						●		●				●		●																
	刺身盛り（特上）	720			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	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		●															●																
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	柊（ひいらぎ）5人前	3658			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	柊（ひいらぎ）4人前	2927			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	柊（ひいらぎ）3人前	2197			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	柊（ひいらぎ）2人前	1464			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	柊（ひいらぎ）1人前	732			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	さざんか5人前	2963			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	さざんか4人前	2372			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	さざんか3人前	1780			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	さざんか2人前	1187			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	さざんか1人前	593			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	カニづくし	196									●		●						●																
	カニいくら重	652			●														●																
	生本ズワイガニ	51											●						●																
	本ズワイガニ軍艦	45									●		●						●																
	本ズワイガニ	45			●								●						●																
SP商品	炙り赤魚	50																	●																
	炙りカワハギ	47																	●																
	詩（うた）1人前	601			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	しゃり　21g	38																	●																
	ガリ　10g	4																																	
	ガリ　20g	7																																	
	ガリ　30g	11																																	
	おしょうゆ	9			●														●																