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3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	3713	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）4人前	2973	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）3人前	2232	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）2人前	1488	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）1人前	744	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）5人前	3819	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）4人前	3057	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）3人前	2296	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）2人前	1530	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	扇（おうぎ）1人前	765	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）5人前	3352	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）4人前	2684	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）3人前	2016	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）2人前	1344	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）1人前	672	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	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	3099	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）4人前	2482	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）3人前	1864	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）2人前	1243	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）1人前	621	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	信濃（しなの）5人前	2879	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）4人前	2382	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）3人前	1884	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）2人前	1193	●		●				●		●		●				●	●	●												
	信濃（しなの）1人前	596	●		●				●		●		●				●	●	●												
	唯（ゆい）5人前	3476	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）4人前	2783	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）3人前	2090	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）2人前	1393	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）1人前	697	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
桶＜1人前＞ ガリ10gを含む	極（きわみ）	752	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	匠（たくみ）	721	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	山代（やましろ）	873	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	薩摩（さつま）	621	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	和（なごみ）	687	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	お子様にぎり	533	●		●						●		●				●	●	●												
づくし・単品桶 ガリ10gを含む	いなり8コ	946			●														●												
	助六	774			●														●												
	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	魚醤（魚介類）	アーモンド						
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									●								●																		
	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			●					●							●	●	●	●					●												
	トロサーモン（1貫）	79															●		●																		
	炙りトロサーモン（1貫）	79															●		●																		
	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																	●																		
	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			●														●																		
	生車エビ（1貫）	50																	●																		
	ビンチョウマグロ（1貫）	150																	●																		
	蝦夷アワビ（1貫）	56																	●																		
	中トロ軍艦（1貫）	67									●		●						●																		
	富山白エビ	45									●		●						●																		
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	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＋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	102	●		●					●	●							●	●	●					●												
	お茶（1本）	0																																			
	枝豆	264																	●																		
	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	百花（ひゃっか）5人前	3743	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	百花（ひゃっか）4人前	2997	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	百花（ひゃっか）3人前	2250	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	百花（ひゃっか）2人前	1500	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	百花（ひゃっか）1人前	750	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	牡丹（ぼたん）5人前	2882	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	牡丹（ぼたん）4人前	2308	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	牡丹（ぼたん）3人前	1733	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	牡丹（ぼたん）2人前	1156	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	牡丹（ぼたん）1人前	578	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	キングサーモン	41															●		●																		
	霞ヶ浦産しらうお	46			●						●		●						●																		
	サーモン3貫盛り	202															●		●																		
	大生エビ	56									●								●																		
	炙り大エビ	57									●								●																		

	しゃり　21g	38																	●																		
	ガリ　10g	4																																			
	ガリ　20g	7																																			
	ガリ　30g	11																																			
	おしょうゆ	9			●														●																		