銀のさら　カロリー・アレルゲン情報 一覧表

更新日　2023年7月1日
（北海道）

※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	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	瑞穂（みずほ）5人前	3058			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）4人前	2448			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）3人前	1839			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）2人前	1226			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）1人前	613			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）5人前	3735			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）4人前	2990			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）3人前	2245			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）2人前	1497			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）1人前	748			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）5人前	3558			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）4人前	2849			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）3人前	2139			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）2人前	1426			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）1人前	713			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）5人前	3189	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）4人前	2553	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）3人前	1917	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）2人前	1278	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）1人前	639	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）5人前	3430			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）4人前	2746			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）3人前	2062			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）2人前	1375			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）1人前	687			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）5人前	3258			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）4人前	2608			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）3人前	1959			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）2人前	1306			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）1人前	653			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	安芸（あき）5人前	3005	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）4人前	2406	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）3人前	1807	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）2人前	1205	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）1人前	602	●		●				●		●		●				●	●	●												
桶＜1人前＞ ガリ10gを含む	匠（たくみ）	686	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	淡路（あわじ）	512			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	出雲（いずも）	616	●		●				●		●		●				●	●	●												
	お子様にぎり	522	●		●						●		●				●	●	●												
づくし・単品桶 ガリ10gを含む	しめさば8貫	589			●													●	●												
	炙り3貫盛り	220																●	●												
	サーモン3貫盛り	241															●		●												
	貝3貫盛り	149																	●												
	いなり8コ	946			●														●												
	鉄火巻3本	581																	●												
	トロ鉄火巻3本	794																	●												
	納豆巻（ネギ有）3本	601																	●												
	極上サーモンづくし	566			●					●								●	●	●					●						
	トロづくし	631			●														●												
	助六	780	●		●								●					●	●												
すし重 ガリ10gを含む	海鮮ばらちらし	773	●		●				●	●							●	●	●	●					●						
	特上ちらし	817	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	温玉ネギトロ重	801	●		●														●												
	トロ鉄火重	810	●		●													●	●												
	鮭いくら重	853	●		●					●							●	●	●	●					●						
	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	魚介類（魚醤）	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	●		●													●	●																
	とびこ（1貫）	43			●													●	●																
	甘エビ（1貫）	48									●								●																
	ネギトロ（1貫）	58			●								●						●																
	マグロ（1貫）	63																	●																
	づけマグロ（1貫）	62			●														●									●							
	ツブ貝（1貫）	47																	●																
	サーモン（1貫）	79															●		●																
	炙りサーモン（1貫）	79															●		●																
	ハマチ（1貫）	82																	●																
	生エビ（1貫）	47									●								●																
	エンガワ（1貫）	65																	●																
	炙りエンガワ（1貫）	65																	●																
	道産ホタテ（1貫）	51																	●																
	鮭イクラ（1貫）	59			●					●			●				●	●	●	●					●										
	オーロラサーモン（1貫）	79																	●																
	炙りオーロラサーモン（1貫）	79																	●																
	トロサーモン（1貫）	79																	●																
	炙りトロサーモン（1貫）	79																	●																
	平目昆〆（1貫）	51																	●																
	イクラ（1貫）	60			●					●			●					●	●	●					●										
	ホッキ貝（1貫）	47																	●																
	中トロ（1貫）	97																	●																
	炙り中トロ（1貫）	97																	●																
	炙りのどぐろ（1貫）	55																	●																
	ボタンエビ（1貫）	53									●								●																
	大ズワイガニ（1貫）	104											●						●																
	大トロ（1貫）	87																	●																
	蝦夷アワビ（1貫）	56																	●																
	ウニ（1貫）	49											●						●																
	真イカ（1貫）	49							●										●																
	しめさば（1貫）	72																●	●																
	炙りしめさば（1貫）	72																●	●																
	金目鯛（1貫）	58																	●																
	本ズワイガニ（1貫）	45											●						●																
	真イカ（山わさび）（1貫）	49							●										●																
	ビンチョウマグロ（１貫）	57																	●																
	中トロ軍艦（1貫）	67									●		●						●																
	本ズワイガニ軍艦（1貫）	45											●						●																
	富山白エビ	45									●		●						●																
	納豆軍艦（ネギ有）	59									●		●						●																
	納豆軍艦（ネギ無）	58									●		●						●																
	さより（1貫）	48																	●																
お好み寿司 （細巻） ガリを含めない	かっぱ巻	157																	●																
	かんぴょう巻	206			●														●																
	納豆巻（ネギ有）	196																	●																
	玉子巻	206	●		●													●	●																
	お新香巻	168																	●																
	イカしそ巻	179							●										●																
	鉄火巻	190																	●																
	ネギトロ巻	184			●														●																
	オーロラサーモン巻	239																	●																
	トロ鉄火巻	261																	●																
	海鮮巻	672	●		●				●								●	●	●																
	海鮮特上巻	785	●		●				●		●						●	●	●																
お好み寿司 （手巻） ガリを含めない	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			●					●								●	●	●					●										
	納豆手巻（ネギ有）	109																	●																
	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	474			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	ランチ握りセットA＋うどん	818	●		●				●		●						●	●	●																
	ランチ握りセットA＋赤だし	677	●		●				●		●						●	●	●																
	ランチ握りセットA＋お茶	595	●		●				●		●						●	●	●																
	ランチ握りセットB＋うどん	633			●				●		●		●				●	●	●									●							
	ランチ握りセットB＋赤だし	497			●				●		●		●				●	●	●									●							
	ランチ握りセットB＋お茶	410			●				●		●		●				●	●	●									●							
	ランチ上ちらし＋うどん	804	●		●				●		●						●	●	●																
	ランチ上ちらし＋赤だし	663	●		●				●		●						●	●	●																
	ランチ上ちらし＋お茶	581	●		●				●		●						●	●	●																
	ランチ華ちらし＋うどん	776	●		●				●	●							●	●	●	●					●										
	ランチ華ちらし＋赤だし	634	●		●				●	●							●	●	●	●					●										
	ランチ華ちらし＋お茶	553	●		●				●	●							●	●	●	●					●										
	ランチ温玉づけ丼＋うどん	833	●		●				●								●	●	●									●							
	ランチ温玉づけ丼＋赤だし	691	●		●				●								●	●	●									●							
	ランチ温玉づけ丼＋お茶	610	●		●				●								●		●									●							
サイドメニュー	クレームブリュレ	240	●	●	●														●								●								
	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		●																															
	海鮮茶碗蒸し	136	●	●	●						●		●						●																
	茶碗蒸し	72	●	●	●						●								●	●															
	刺身盛り	247							●		●																								
	刺身盛り（上）	354									●						●																		
	刺身盛り（特上）	691			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	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	千寿（せんじゅ）5人前	3561	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	千寿（せんじゅ）4人前	2851	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	千寿（せんじゅ）3人前	2141	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	千寿（せんじゅ）2人前	1427	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	千寿（せんじゅ）1人前	714	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	瑠璃（るり）5人前	2698			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	瑠璃（るり）4人前	2160			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	瑠璃（るり）3人前	1623			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	瑠璃（るり）2人前	1082			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	瑠璃（るり）1人前	541			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●										
	九州5貫盛り	335			●														●																
	シマアジ	62																	●																
	旬アジ	56																	●																
	湯引きゆず真鯛	62																	●																
	熟成カンパチ	56																	●																
SP商品	九州7貫盛り	442			●														●																
	大分産炙り湯引きカサゴ	51																	●																
	長崎産キビナゴ昆布〆	57																	●																
	極上トロ3貫盛り	216															●		●																
	厳選炙り上のどぐろ	60																	●																
	しゃり　21g	38																	●																
	ガリ　10g	4																																	
	ガリ　20g	7																																	
	ガリ　30g	11																																	
	おしょうゆ	9			●														●																