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　2022年7月1日
（関西）

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	相模（さがみ）5人前	3030	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）4人前	2426	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）3人前	1822	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）2人前	1215	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	相模（さがみ）1人前	607	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）5人前	3950	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）4人前	3162	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）3人前	2374	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）2人前	1583	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）1人前	791	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）5人前	3362	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）4人前	2692	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）3人前	2021	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）2人前	1348	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）1人前	674	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	宴（うたげ）5人前	3702	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）4人前	3068	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）3人前	2434	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）2人前	1536	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	宴（うたげ）1人前	768	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●			●			
	加賀（かが）5人前	2992	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）4人前	2395	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）3人前	1799	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）2人前	1199	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）1人前	600	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	若狭（わかさ）5人前	3398	●		●				●		●		●				●	●	●												
	若狭（わかさ）4人前	2842	●		●				●		●		●				●	●	●												
	若狭（わかさ）3人前	2285	●		●				●		●		●				●	●	●												
桶＜1人前＞ ガリ10gを含む	匠（たくみ）	695	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	極（きわみ）	737	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	薩摩（さつま）	572	●		●				●		●		●				●	●	●												
	伊予（いよ）	718	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	お子様にぎり	504	●		●					●	●		●					●	●	●					●						
づくし・単品桶 ガリ10gを含む	バッテラ	518																●	●												
	貝づくし	153																	●												
	助六	780	●		●													●	●												
	いなり8コ	946			●														●												
	炙りさばの磯棒寿司	652			●													●	●								●				
	マグロ3貫盛り	216																	●												
	トロ鉄火巻3本	794																	●												
	トロづくし	631			●														●												
	炙り3貫盛り	232															●	●	●												
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	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●						
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	●		●													●	●																
	エビ（1貫）	50									●								●																
	タコ（1貫）	47																	●																
	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															●		●																
	活〆ハマチ（1貫）	82																	●																
	活〆真鯛（1貫）	62																	●																
	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																	●																
	うなぎ（1貫）	81			●														●																
	生車エビ（1貫）	50									●								●																
	赤貝（1貫）	51																	●																
	イクラ（1貫）	60			●					●								●	●	●					●										
	中トロ（1貫）	97																	●																
	炙り中トロ（1貫）	58																	●																
	炙りのどぐろ（1貫）	55																	●																
	ウニ（1貫）	49																	●																
	大ズワイガニ（1貫）	52											●						●																
	大トロ（1貫）	87																	●																
	カニミソ軍艦（1貫）	50											●						●																
	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																	●																
お好み寿司 （太巻・中巻・細巻） ガリを含めない	かっぱ巻	162																	●																
	かんぴょう巻	206			●														●																
	納豆巻	196																	●																
	お新香巻	185			●														●																
	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			●														●																
	鯛しそ巻	217																	●																
	トロ鉄火巻	261																	●																
	サーモンオニオン中巻	349	●		●												●		●																
	エビマヨ中巻	288	●		●						●								●																
	太巻	615	●		●													●	●																
	上巻	738	●		●						●							●	●																
	海鮮巻	681	●		●				●		●						●	●	●																
	海鮮特上巻	843	●		●				●		●						●	●	●																
お好み寿司 （手巻） ガリを含めない	サーモン手巻	132															●		●																
	納豆手巻	109																	●																
	玉子手巻	129	●		●													●	●																
	鉄火手巻	98																	●																
	イカ納豆手巻	106							●										●																
	エビマヨ手巻	126	●		●						●								●																
	ネギトロ手巻	105			●														●																
	サーモンオニオン手巻	156	●		●												●		●																
	イクラ手巻	100			●					●								●	●	●					●										
	あなごキュウリ手巻	103			●														●																
	うなぎキュウリ手巻	123			●														●																
	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	488			●				●	●	●						●	●	●	●					●												
	ランチ握りセットA＋うどん	828	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●												
	ランチ握りセットA＋赤だし	686	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●												
	ランチ握りセットA＋お茶	605	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●												
	ランチ握りセットB＋うどん	730			●				●		●						●	●	●									●									
	ランチ握りセットB＋赤だし	589			●				●		●						●	●	●									●									
	ランチ握りセットB＋お茶	507			●				●		●						●		●									●									
	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（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			●														●	●																	
	ぷっかけうどん	223			●													●	●																		
	カップ赤だし（あさり）	82			●													●	●																		
	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		●																																	
	茶碗蒸し	72	●		●						●								●	●																	
	枝豆	264																	●																		
	刺身盛り	247							●		●																										
	刺身盛り（上）	354									●						●																				
	刺身盛り（特上）	691			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●												
	カップお吸い物	73			●													●	●																		
	お茶（1本）	0																																			
	温玉ぷっかけうどん	313	●		●													●	●																		
	百合（ゆり）5人前	4095	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	百合（ゆり）4人前	3278	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	百合（ゆり）3人前	2248	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	百合（ゆり）2人前	1641	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	百合（ゆり）1人前	820	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	朱（あか）5人前	3315	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	朱（あか）4人前	2654	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	朱（あか）3人前	1993	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	朱（あか）2人前	1322	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	朱（あか）1人前	661	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	極上サーモンづくし	589			●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	サーモン3貫盛り	232															●		●																		
	ピュアレッドサーモン（1貫）	71															●		●																		
	づけサーモン（1貫）	82															●		●																		
	サーモン巻	229															●		●																		
	トロサーモン（1貫）	79															●		●																		
	炙りトロサーモン（1貫）	79															●		●																		
	鮭イクラ（1貫）	59			●					●	●		●				●	●	●	●					●												
	さより（1貫）	48																	●																		

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