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　2024年12月1日
（北海道）

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。

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＞	瑞穂（みずほ）5人前	2920			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）4人前	2336			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）3人前	1752			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）2人前	1168			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	瑞穂（みずほ）1人前	584			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）5人前	3784			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）4人前	3030			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）3人前	2276			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）2人前	1517			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	雅（みやび）1人前	759			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）5人前	3325			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）4人前	2660			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）3人前	1995			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）2人前	1330			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	唯（ゆい）1人前	665			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）5人前	3125	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）4人前	2500	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）3人前	1875	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）2人前	1250	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	加賀（かが）1人前	625	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）5人前	3280			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）4人前	2624			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）3人前	1968			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）2人前	1312			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	美濃（みの）1人前	656			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）5人前	3025			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）4人前	2420			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）3人前	1815			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）2人前	1210			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	明石（あかし）1人前	605			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	安芸（あき）5人前	2750	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）4人前	2200	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）3人前	1650	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）2人前	1100	●		●				●		●		●				●	●	●												
	安芸（あき）1人前	550	●		●				●		●		●				●	●	●												
桶＜1人前＞	匠（たくみ）	651	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●						
	淡路（あわじ）	490			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	出雲（いずも）	603	●		●				●		●		●				●	●	●												
	お子様にぎり	584	●		●						●		●				●	●	●						●						
づくし・単品桶	しめさば8貫	587																●	●												
	炙り3貫盛り	199															●	●	●												
	サーモン3貫盛り	220															●		●												
	貝3貫盛り	148											●						●												
	いなり8コ	944			●														●												
	鉄火巻3本	580			●														●												
	トロ鉄火巻3本	792			●														●												
	納豆巻3本（ネギ有）	215																	●												
	納豆巻3本（ネギ無）	215																	●												
	極上サーモンづくし	524			●					●	●		●				●	●	●	●					●						
	トロづくし	629			●						●		●						●												
	助六	776	●		●													●	●												
	ハマチ3貫	257																	●												
	ハマチ・真鯛4貫盛り	307																	●												
	人気手巻3本(ﾈｷﾞ有)	432			●					●								●	●	●					●						
	人気手巻3本(ﾈｷﾞ無)	431			●					●								●	●	●					●						
	人気細巻3本(ﾈｷﾞ有)	574			●														●												
	人気細巻3本(ﾈｷﾞ無)	573			●														●												
すし重	海鮮ばらちらし	780	●		●				●	●	●						●	●	●	●					●						
	温玉ネギトロ重	801	●		●														●												
	トロ鉄火重	810	●		●													●	●												
	サーモンイクラ重	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）	いなり	117			●														●																
	イカ	49							●										●																
	玉子	88	●		●													●	●																
	納豆軍艦（ネギ有）	58									●		●						●																
	納豆軍艦（ネギ無）	58									●		●						●																
	イカ（山わさびのせ）	49							●										●																
	とびこ	43			●						●		●					●	●																
	しめさば	72																●	●																
	炙りしめさば	72																●	●																
	ネギトロ	58									●		●						●																
	甘エビ	48									●								●																
	マグロ	63																	●																
	づけマグロ	62			●														●									●							
	サーモン	79															●		●																
	炙りサーモン	79															●		●																
	生エビ	47									●								●																
	エンガワ	65																	●																
	炙りエンガワ	65																	●																
	道産ホタテ	51																	●																
	ツブ貝	47																	●																
	サーモンイクラ	59			●					●	●		●				●	●	●	●					●										
	トロサーモン	79															●		●																
	炙りトロサーモン	79															●		●																
	ハマチ	82																	●																
	真鯛	59																	●																
	平目昆布〆	51																	●																
	中トロ軍艦	67									●		●						●																
	イクラ	60			●					●	●		●					●	●	●					●										
	特選サーモン	60															●		●																
	炙り特選サーモン	60															●		●																
	本ズワイガニ	45			●								●						●																
	ホッキ貝	47																	●																
	中トロ	97																	●																
	炙り中トロ	97																	●																
	殻付き本ズワイガニ	52											●						●																
	大トロ	87																	●																
	ボタンエビ	53									●								●																
	蝦夷アワビ	56						●											●																
	ウニ	49									●		●						●																
	一本あなご	182			●														●									●							
お好み寿司（細巻）（手巻）（太巻）	かっぱ巻	157																	●																
	かんぴょう巻	206			●														●																
	納豆巻（ネギ有）	215																	●																
	納豆巻（ネギ無）	215																	●																
	玉子巻	206	●		●													●	●																
	お新香巻	168																	●																
	イカしそ巻	179							●										●																
	鉄火巻	190																	●																
	ネギトロ巻	181																	●																
	ハマチしそ巻	470																	●																
	鯛しそ巻	213																	●																
	特選サーモン巻	220															●		●																
	トロ鉄火巻	261																	●																
	トロサーモン巻	296															●		●																
	トロサーモン手巻	157															●		●																
	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							●										●																
	イカ納豆手巻（ネギ無）	105							●										●																
	鉄火手巻	98																	●																
	ネギトロ手巻	104																	●																
	サーモン手巻	120															●		●																
	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																	●																
	海鮮巻	668	●		●				●								●	●	●																
	海鮮特上巻	793	●		●				●		●						●	●	●																
	太巻	599	●		●													●	●																

	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	特選ランチ握り	473	●		●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	ランチ握りセットA＋うどん	816	●		●				●		●		●				●	●	●													
	ランチ握りセットA＋赤だし	676	●		●				●		●		●				●	●	●													
	ランチ握りセットA＋お茶	594	●		●				●		●		●				●	●	●													
	ランチ握りセットB＋うどん	727			●				●		●		●				●	●	●									●				
	ランチ握りセットB＋赤だし	587			●				●		●		●				●	●	●									●				
	ランチ握りセットB＋お茶	505			●				●		●		●				●	●	●									●				
	ランチ上ちらし＋うどん	800	●		●				●		●						●	●	●													
	ランチ上ちらし＋赤だし	660	●		●				●		●						●	●	●													
	ランチ上ちらし＋お茶	578	●		●				●		●						●	●	●													
	ランチ華ちらし＋うどん	772	●		●				●	●							●	●	●	●					●							
	ランチ華ちらし＋赤だし	632	●		●				●	●							●	●	●	●					●							
	ランチ華ちらし＋お茶	550	●		●				●	●							●	●	●	●					●							
	ランチ温玉づけ丼＋うどん	828	●		●				●								●	●	●									●				
	ランチ温玉づけ丼＋赤だし	688	●		●				●								●	●	●									●				
	ランチ温玉づけ丼＋お茶	606	●		●				●								●		●									●				
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（1袋）	8		●	●													●	●													
	刺身盛り	247			●				●		●								●													
	刺身盛り（上）	354			●						●		●				●		●													
	刺身盛り（特上）	720			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	ミルクチョコレート　アイス	166		●															●													
	濃厚バスクチーズケーキ	158	●	●																												
	クレームブリュレ〈カラメルソース付〉	240	●	●	●														●								●					
	わらびもち〈黒みつ付〉	196																	●													
期間限定メニュー ＜5人前～1人前＞	柊(ひいらぎ)5人前	3648			●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	柊(ひいらぎ)4人前	2949			●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	柊(ひいらぎ)3人前	2212			●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	柊(ひいらぎ)2人前	1475			●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	柊(ひいらぎ)1人前	737			●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	さざんか　5人前	2936			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	さざんか　4人前	2349			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	さざんか　3人前	1762			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	さざんか　2人前	1174			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	さざんか　1人前	587			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	カニいくら重	637			●					●			●					●	●	●					●							
	カニづくし	197			●								●						●													
	本ズワイガニ軍艦	45									●		●						●													
	生本ズワイガニ	53											●						●													
年末年始限定メニュー 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 「寿」は付属のバウムクーヘンのカロリーアレルゲン情報を含む	寿（ことぶき）5人前	5449	●	●	●			●	●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	寿（ことぶき）3人前	3664	●	●	●			●	●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	吟（ぎん）6人前	4326			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	吟（ぎん）5人前	3630			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	吟（ぎん）4人前	2935			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	吟（ぎん）3人前	2239			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	吟（ぎん）2人前	1493			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	吟（ぎん）1人前	746			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	ちびっこ握り	691	●		●					●	●		●				●	●	●	●					●							
	喜（よろこび）1人前	642			●						●		●						●													
	刺身盛り（限定）	774			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	幸（さち）6人前	4229			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	幸（さち）5人前	3550			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	幸（さち）4人前	2871			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	幸（さち）3人前	2191			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	幸（さち）2人前	1461			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	幸（さち）1人前	730			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	福（ふく）6人前	4015			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	福（ふく）5人前	3371			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	福（ふく）4人前	2727			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	福（ふく）3人前	2084			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	福（ふく）2人前	1389			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							
	福（ふく）1人前	695			●				●	●	●		●				●	●	●	●					●							

	しゃり　21g	38																	●																
	ガリ　10g	5																																	
	ガリ　20g	9																																	
	ガリ　30g	14																																	
	おしょうゆ	9			●														●																