はなまるうどん
メニューカロリー・アレルギー・原産地情報

2007年　2月作成

2024年5月1日改定　2024年5月7日改定版

①はなまるうどん　メニュー別カロリーアレルギー物質一覧　レギュラーメニュー

アレルギー情報について

・アレルギー情報は常に最新情報を掲載するようにしています。各データは随時更新されますので、最終更新日をご確認下さい。

・アレルギー情報は、詳細に原材料調査を行った理論上のものです。本来その商品に使用しない食材が製造工場のラインや調理時に付着・混入する可能性があります。

【●】表示は、原材料に含むものを示しています。

【▲】表示は、原材料の製造過程や原材料の性質上、混入する可能性の高いものを示しています。

【△】表示は、うどんメニューの調理工程において「卵」の付着・混入の可能性が”特に”高いことを示しています。

【※】表示がメニュー名に付してあるものは店舗で油調しています。店舗での油調は揚げ油を共用しています（店舗により下記以外のメニューを販売していることがあります）。

おでんは同じ鍋で作成しています（店舗により下記以外のメニューを販売していることがあります）。

・アレルギー物質に対する感受性は、個人により大きな差があります。最終的なご購入につきましては、お客さまご自身で(担当医とご相談のうえ)ご判断くださいますようお願いいたします。

2024年5月1日改定　2024年5月7日改定版

メニュー			栄養成分（1食あたり）					特定原材料（対象8品目）								特定原材料に準ずるもの（対象20品目）																		
			熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦 Wheat 小麦 밀	乳 Milk 牛奶 우유	卵 Egg 鸡蛋 계란	落花生 Peanut 花生 땅콩	そば Buckwheat 荞麦 메밀	えび Shrimp 虾 새우	かに Crab 螃蟹 게	くるみ Walnut 核桃 호두	あわび Abalone 鲍鱼 전복	いか Squid 鱿鱼 오징어	いくら SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	オレンジ Orange 橙子 오렌지	キウイ Kiwifruit 猕猴桃 키위	牛肉 Beef 牛肉 소고기	鮭 Salmon 三文鱼 연어	さば Mackerel 鲭鱼 고등어	大豆 Soybean 大豆 콩	鶏肉 Chicken 鸡肉 닭고기	豚肉 Pork 猪肉 돼지고기	松茸 Matsutake 松蘑 송이	バナナ Banana 香蕉 바나나	桃 Peach 桃子 복숭아	山芋 Yam 山药 참마	りんご Apple 苹果 사과	ごま Sesame 芝麻 깨	カシューロッツ Cashew Nut 腰果 캐슈넛	ゼラチン Gelatin 明胶 젤라틴	アーモンド Almond 杏仁 아몬드
うどん	かけ	小	290	6.4	1.1	64.7	4.6	●		△													●	●										
		中	573	11.5	2.0	128.6	6.8	●		△													●	●										
		大	856	16.7	2.9	192.6	9.0	●		△													●	●										
	冷かけ	小	297	6.5	0.9	66.3	6.3	●		△													●	●										
		中	582	11.7	1.7	130.6	8.8	●		△													●	●										
		大	866	16.8	2.5	194.9	11.4	●		△													●	●										
	きつね	小	446	13.3	10.7	74.6	6.0	●		△													●	●										
		中	727	18.1	11.6	138.4	7.6	●		△													●	●										
		大	1011	23.2	12.4	202.6	9.8	●		△													●	●										
	わかめうどん	小	297	7.5	1.3	66.2	5.8	●		△													●	●										
		中	578	12.3	2.2	130.0	7.4	●		△													●	●										
		大	863	17.7	3.1	194.4	9.8	●		△													●	●										
	塩豚ねぎうどん	**小**	597	16.6	30.2	69.6	6.3	●		△													●	●	●	●					●			
		中	879	21.5	31.1	133.5	7.9	●		△													●	●	●	●					●			
		大	1318	31.5	47.2	199.4	10.6	●		△													●	●	●	●					●			
	牛肉うどん	**小**	498	15.3	18.2	72.1	6.3	●		●											●		●	●		●					●			●	
		中	780	20.2	19.1	136.0	7.9	●		●											●		●	●		●					●			●	
		大	1160	28.8	27.4	204.7	10.9	●		●											●		●	●		●					●			●	
	ざる	小	297	6.3	0.9	66.4	4.1	●		△													●	●										
		中	582	11.4	1.8	130.8	6.3	●		△													●	●										
		大	875	17.3	2.7	196.4	9.7	●		△													●	●										
	釜上げ	小	297	6.3	0.9	66.4	4.1	●		△													●	●										
		中	582	11.4	1.8	130.8	6.3	●		△													●	●										
		大	875	17.3	2.7	196.4	9.7	●		△													●	●										
	おろしぶっかけ	小	306	6.2	1.0	68.7	3.5	●		△													●	●										
		中	591	11.4	1.9	133.1	5.7	●		△													●	●										
		大	876	16.5	2.8	197.5	7.9	●		△													●	●										
	温玉ぶっかけ	小	369	12.4	5.9	66.0	3.6	●		●													●	●										
		中	654	17.5	6.8	130.4	5.8	●		●													●	●										
		大	939	22.7	7.6	194.8	8.1	●		●													●	●										
	塩豚温玉ぶっかけ	**小**	677	21.7	35.3	71.6	4.6	●		●													●	●	●	●					●			
		中	966	26.8	36.2	137.0	6.8	●		●													●	●	●	●					●			
		大	1410	36.8	52.3	204.1	9.6	●		●													●	●	●	●					●			

塩豚おろしぶっかけ	小	623	16.0	30.4	76.4	4.4	●		△													●	●	●	●						●			
	中	911	21.0	31.2	141.7	6.6	●		△													●	●	●	●						●			
	大	1356	31.0	47.3	208.9	9.4	●		△													●	●	●	●						●			
牛肉おろしぶっかけ	小	521	14.9	18.2	78.1	4.6	●		●											●		●	●		●					●			●	
	中	806	20.1	19.0	142.5	6.8	●		●											●		●	●		●					●			●	
	大	1202	28.6	27.6	215.2	9.6	●		●											●		●	●		●					●			●	
牛肉温玉ぶっかけ	小	576	20.7	23.1	73.4	4.8	●		●											●		●	●		●					●			●	
	中	861	25.9	24.0	137.8	7.0	●		●											●		●	●		●					●			●	
	大	1257	34.4	32.6	210.4	9.8	●		●											●		●	●		●					●			●	
8種野菜のサラダうどん（胡麻ドレッシング）※	小	478	11.8	10.1	87.5	4.3	●	●	●													●	●	●							●		●	
	中	766	16.8	10.9	152.9	6.5	●	●	●													●	●	●							●		●	
8種野菜のサラダうどん（野菜増量）（胡麻ドレッシング）※	小	510	12.6	11.5	92.7	4.4	●	●	●													●	●	●							●		●	
	中	799	17.7	12.3	158.0	6.7	●	●	●													●	●	●							●		●	
おろししょうゆ	小	294	5.5	0.9	66.3	2.3	●		△														●											
	中	578	10.6	1.7	130.6	4.1	●		△														●											
	大	862	15.7	2.6	195.0	6.1	●		△														●											
明太おろししょうゆ	小	313	6.5	1.1	69.7	2.8	●		△													●	●											
	中	594	11.3	2.0	133.6	4.4	●		△													●	●											
	大	884	16.9	2.9	198.6	6.7	●		△													●	●											
かま玉	小	364	11.6	6.0	65.2	2.4	●		●														●											
	中	648	16.6	6.8	129.5	4.3	●		●														●											
	大	1008	27.8	12.8	194.0	6.4	●		●														●											
カレーうどん（店内仕込み）	小	599	12.6	23.1	84.6	5.5	●	●	△											●		●	●	●	●					●	●			
	中	963	19.4	29.5	154.2	8.3	●	●	△											●		●	●	●	●					●	●			
	大	1397	27.9	41.5	227.1	11.4	●	●	△											●		●	●	●	●					●	●			
カレーうどん	小	516	9.6	16.3	83.2	4.9	●	●	●											●		●	●	●	●					●	●		●	
	中	857	15.8	21.0	152.0	7.6	●	●	●											●		●	●	●	●					●	●		●	
	大	1253	22.7	29.5	225.0	10.4	●	●	●											●		●	●	●	●					●	●		●	
玉とろぶっかけ	小	413	12.9	6.1	76.3	3.8	●		●													●	●						●					
	中	701	18.0	7.0	141.7	6.0	●		●													●	●						●					
	大	1013	23.9	7.9	212.1	8.3	●		●													●	●						●					
うどん弁当	定番うどん弁当※	502	9.5	12.8	88.7	4.1	●		●			▲	▲									●	●											
	大海老うどん弁当※	605	12.7	20.3	94.4	4.6	●		●			●	▲									●	●											
	季節のうどん弁当（焼き芋）※	650	10.6	19.5	110.7	4.2	●		●			▲	▲									●	●											
	季節のうどん弁当（げそ天）※	641	15.4	20.4	100.2	4.4	●		●			▲	▲			●						●	●											
	よくばりうどん弁当※	761	23.4	27.8	106.6	5.7	●	●	●			●	▲									●	●	●										
にこはな	にこはなセット（かけ）※	377	8.4	3.8	78.2	4.7	●		●			▲	▲									●	●							●				
	にこはなセット（ぶっかけ）※	390	8.1	3.8	81.6	4.1	●		●			▲	▲									●	●							●				
ご飯物	ごまいなり	113	3.2	2.7	19.4	0.6	●																●								●			
	辛子明太子おにぎり	166	3.3	0.7	38.2	1.4	●					▲	▲									●	●											
	鮭おにぎり	191	5.2	1.7	37.3	1.5															●													
	ミニ牛肉ごはん	482	12.7	18.3	66.8	1.1	●		●											●			●		●					●			●	
	ミニ塩豚丼	581	14.3	30.6	63.9	0.9	●															●	●	●	●						●			
ライス	小	342	5.0	1.5	73.9	0.0																												
	大	428	6.2	1.8	92.3	0.0																												
カレーライス（店内仕込み）	小	627	12.3	23.7	92.6	3.1	●	●												●			●	●	●					●	●			
	大	783	15.4	29.7	115.7	3.9	●	●												●			●	●	●					●	●			
カレーライス	小	573	9.2	16.9	92.7	2.6	●	●	●											●			●	●	●					●	●		●	
	大	716	11.5	21.1	115.7	3.2	●	●	●											●			●	●	●					●	●		●	

天ぷら揚げ物	大海老天※		112	3.3	7.7	7.2	0.5	●					●												●										
	4種の野菜かき揚げ※		275	3.0	17.9	26.8	0.1	●																	●										
	ちくわ磯辺揚げ※		120	4.3	5.8	12.7	0.9	●		●			▲	▲											●										
	とり天（西日本版）※		142	10.5	7.4	8.9	0.8	●		●															●	●									
	とり天(東日本版）※		142	10.5	7.4	8.9	1.1	●	●	●															●	●									
	はなまる唐揚げ※		204	9.5	15.1	6.1	0.6	●																	●	●									
	半熟玉子天※		150	6.9	11.8	5.3	0.2	●		●															●										
	焼き芋天（皮付）※		147	1.1	6.7	22.0	0.1	●																	●										
	かぼちゃ天※		124	1.7	6.8	14.4	0.0	●																	●										
	いか天※		101	6.9	5.7	5.2	0.2	●									●								●										
	いか天（粉付OP)※		109	4.1	8.1	4.9	0.2	●									●								●										
	げそ天※		139	5.8	7.7	11.6	0.3	●									●								●										
	ごぼう天※		70	1.0	3.7	8.3	0.3	●																	●										
	北海道男爵のコロッケ※		266	3.2	16.2	26.8	0.7	●	●	●											●				●	●									
おでん	こんにゃく（黒カノコ）		13	0.3	0.0	3.0	1.0	●																	●	●	●								
	牛すじ		37	5.7	1.3	0.3	0.3	●													●				●	●	●								
	たまご		79	6.7	5.3	1.2	0.4	●		●															●	●	●								
	厚揚げ		174	13.7	11.1	4.9	0.8	●																	●	●	●								
	大根		19	0.8	0.0	3.9	1.3	●																	●	●	●								
	フランク		158	8.9	13.3	1.6	0.9	●	●																●	●	●								
	がんもどき（北海道地区）		76	3.9	6.0	1.2	0.3	●																	●	●	●						●		
トッピング	半熟たまご	1個	76	6.2	5.2	0.2	0.2			●																									
	生たまご	1個	76	6.2	5.2	0.2	0.2			●																									
	追加ねぎ	20g	6	0.3	0.1	1.4	0.0																												
	きつね（トッピング）	1枚	151	7.0	9.9	8.6	0.6	●																	●										
	明太子（トッピング）	10g	13	1.1	0.2	1.7	0.8	●															●		●										
	わかめ（（トッピング）	45g	5	0.8	0.2	1.4	0.6																												
	牛肉（トッピング）	70g	206	8.6	17.1	7.4	1.1	●		●											●				●		●					●			●	
	塩豚（トッピング）	70g	298	10.0	29.3	2.7	0.9	●															●		●	●	●						●		
	大根おろし（トッピング）	30g	5	0.2	0.0	1.2	0.0																												
	カレー（トッピング)(店内仕込み）	200g	306	7.3	22.2	18.2	2.9	●	●												●				●	●	●					●	●		
	カレー（トッピング）（チルドカレー）	200g	228	4.2	15.4	18.2	2.4	●	●	●											●				●	●	●					●	●		●
	サラダ増量	65g	16	0.7	0.1	4.0	0.0																												
	とろろオクラ（トッピング）	60g	34	1.3	0.2	7.5	0.0																								●				
	ゆずとろろ昆布(トッピング）	12g	14	0.3	0.1	3.8	0.4																												
	レモン	1切	7	0.1	0.1	1.6	0.0																												
	かけだし	100cc	3	0.4	0.0	0.4	1.2	●															●		●										
	つけだし	20cc	7	0.2	0.0	1.6	0.7	●															●		●										
	天つゆ	60cc	5	0.6	0.1	0.6	1.1	●															●		●										

サラダ	野菜サラダ		94	2.5	6.6	7.2	0.6	●	●	●													●	●							●			
	焙煎胡麻ドレ　※1個分		66	0.3	6.2	1.8	0.5	●		●													●								●			
その他	卓上しょうゆ	10g	11	1.0	0.0	1.9	1.3	●															●											
	ミニウスターソース	8g	10	0.0	0.0	2.5	0.8																											
	赤味噌	10g	25	0.4	0.2	4.7	0.5																●								●			
	おろししょうが	2g	1	0.0	0.0	0.1	0.0																											
	和からし	2g	5	0.1	0.1	0.8	0.1																											
	わさび	1.5g	3	0.0	0.2	0.3	0.0																											
	すりごま	2g	12	0.4	1.1	0.4	0.0																								●			
	マヨネーズ(ディスペンパック)	10g	69	0.3	7.5	0.1	0.2			●													●							●				
	TOかけだし(テイクアウト)	50g	11	1.8	0.0	0.9	2.9	●														●	●											
	TOつけだし(テイクアウト)	60g	20	0.6	0.0	4.3	1.8	●														●	●											
	天かす(仕入品)	10g	60	0.9	4.3	4.6	0.1	●																										
	天かす(店内製造)※	10g	61	0.4	5.1	3.4	0.0	※揚げ物メニューの全アレルゲンが含まれています。																										

※　栄養成分数値は原則として7訂食品成分表に基づいて試算した数値を記載しております。

※　栄養成分数値は配合に基づいた標準値です。店内で手作りしている為実際の数値に誤差が出る場合もありますのでご了承ください。

※　0.05g未満の含有量の場合でも「0.0」表記とさせて頂いております。ご了承ください。

※　焼き芋天(皮付)とかぼちゃ天、いか天と一本足げそ天は季節によって入れ変わります。

※　とり天は納品地域により異なり、東日本の店舗には『乳』が含まれます。含有の有無に関しては販売店舗にお問い合わせください。

②はなまるうどん　メニュー別カロリーアレルギー物質一覧　季節・実験メニュー

アレルギー情報について

・アレルギー情報は常に最新情報を掲載するようにしています。各データは随時更新されますので、最終更新日をご確認ください。

・アレルギー情報は、詳細に原材料調査を行った理論上のものです。本来その商品に使用しない食材が製造工場のラインや調理時に付着・混入する可能性があります。

【●】表示は、原材料に含むものを示しています。

【▲】表示は、原材料の製造過程や原材料の性質上、混入する可能性の高いものを示しています。

【△】表示は、うどんメニューの調理工程において「卵」の付着・混入の可能性が”特に”高いことを示しています。

【※】表示がメニュー名に付してあるものは店舗で油調しています。店舗での油調は揚げ油を共用しています（店舗により下記以外のメニューを販売していることがあります）。

おでんは同じ鍋で作成しています（店舗により下記以外のメニューを販売していることがあります）。

・アレルギー物質に対する感受性は、個人により大きな差があります。最終的なご購入につきましては、お客さまご自身で(担当医とご相談のうえ)ご判断くださいますようお願いいたします。

2024年5月1日改定　2024年5月7日改定版

メニュー			栄養成分（1食あたり）					特定原材料（対象8品目）								特定原材料に準ずるもの（対象20品目）																		
			熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦 Wheat 小麦 밀	乳 Milk 牛奶 우유	卵 Egg 鸡蛋 계란	落花生 Peanut 花生 땅콩	そば Buckwheat 荞麦 메밀	えび Shrimp 虾 새우	かに Crab 螃蟹 게	くるみ Walnut 核桃 호두	あわび Abalone 鲍鱼 전복	いか Squid 鱿鱼 오징어	いくら SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	オレンジ Orange 橙子 오렌지	キウイ Kiwifruit 猕猴桃 키위	牛肉 Beef 牛肉 소고기	鮭 Salmon 三文鱼 연어	さば Mackerel 鲭鱼 고등어	大豆 Soybean 大豆 콩	鶏肉 Chicken 鸡肉 닭고기	豚肉 Pork 猪肉 돼지고기	松茸 Matsutake 松蘑 송이	バナナ Banana 香蕉 바나나	桃 Peach 桃子 복숭아	山芋 Yam 山药 참마	りんご Apple 苹果 사과	ごま Sesame 芝麻 깨	カシューナッツ Cashew Nut 腰果 캐슈넛	ゼラチン Gelatin 明胶 젤라틴	アーモンド Almond 杏仁 아몬드
季節うどん	ゆず牛肉つけ麺	小	569	14.7	23.0	78.8	6.3	●		●											●		●	●		●					●	●		●	
		中	850	19.6	23.8	142.6	7.9	●		●											●		●	●		●					●	●		●	
	魚介豚骨つけ麺	小	723	22.8	40.5	71.2	5.6	●		△													●	●	●	●									
		中	1005	27.6	41.4	135.0	7.2	●		△													●	●	●	●									
実験うどん	魚辛豚骨つけ麺	小	780	27.7	41.9	77.2	5.7	●		△													●	●	●	●									
		中	1061	32.5	42.7	141.0	7.3	●		△													●	●	●	●									
	ゆず牛肉つけ麺(黒ゴマW)	小	607	16.6	27.0	78.9	5.8	●		●											●		●	●		●					●	●		●	
		中	888	21.4	27.9	142.8	7.4	●		●											●		●	●		●					●	●		●	
	魚介豚骨つけ麺(魚粉)	小	642	29.4	27.3	72.6	6.3	●		△													●	●	●	●									
		中	923	34.2	28.2	136.5	7.9	●		△													●	●	●	●									
	魚介豚骨つけ麺(辛魚スパイス)	小	648	23.9	27.8	78.6	6.0	●		△													●	●	●	●									
		中	929	28.7	28.7	142.5	7.6	●		△													●	●	●	●									
季節天ぷら 実験天ぷら	4種野菜かき揚げ（改定版2）※		275	3.0	17.9	26.8	0.1	●																●										
	4種野菜かき揚げ(店舗限定)※		315	4.0	22.7	23.7	0.2	●		●														●										
	細筍天※		129	2.5	7.5	13.6	0.6	●															●	●										
	ヤングコーン天※		59	1.1	3.5	6.2	0.0	●																●										
	うずらフライ※		122	4.1	8.8	6.7	0.4	●		●														●										
	生姜天串※		159	7.5	10.1	9.8	1.0			●							●							●										
	焼き芋天（紅あずま）※		147	1.1	6.7	22.0	0.1	●																●										
季節弁当	焼き芋天うどん弁当※		666	10.8	20.3	112.8	4.2	●		●			▲	▲									●	●										
	定番うどん弁当（かき揚げ冷凍60g版）※		552	9.6	17.4	90.2	4.1	●		●			▲	▲									●	●										
	大海老うどん弁当（かき揚げ冷凍60g版）※		655	12.7	24.9	95.9	4.6	●		●			●	▲									●	●										
	よくばりうどん弁当（かき揚げ冷凍60g版）※		812	23.5	32.4	108.1	5.7	●	●	●			●	▲									●	●	●									
	季節のうどん弁当（げそ天・かき揚げ冷凍60g版）※		691	15.4	25.1	101.7	4.5	●		●			▲	▲			●						●	●										
デリバリー専用	ダブル大海老天うどん※ デリバリー専用商品となります	小	499	12.4	15.8	77.1	5.7	●		△			●										●	●										
		中	782	17.5	16.7	141.2	7.9	●		△			●										●	●										
	大海老ちくわ天ぶっかけ※ デリバリー専用商品となります	小	547	13.4	14.4	91.7	4.8	●		●			●	▲									●	●										
		中	828	18.3	15.2	155.6	6.4	●		●			●	▲									●	●										
	とり天おろしぶっかけ※ デリバリー専用商品となります	小	608	27.0	15.9	91.1	5.6	●	●	●													●	●	●									
		中	889	31.9	16.7	154.9	7.2	●	●	●													●	●	●									
	とり天温玉ぶっかけ※ デリバリー専用商品となります	小	663	32.8	20.9	86.3	5.8	●	●	●													●	●	●									
		中	944	37.6	21.7	150.1	7.4	●	●	●													●	●	●									

ご飯物	塩むすび(ミツハシライス)		168	2.8	0.5	36.2	0.8																												
	おにぎり(梅)ミツハシライス		155	3.1	0.7	33.1	1.1																												
	おにぎり(鮭)ミツハシライス		170	5.2	1.9	31.9	1.1														●														
	おにぎり(ツナ)ミツハシライス		191	3.7	4.7	32.3	0.8	●		●													●								●				
	おにぎり(明太子)ミツハシライス		157	3.9	0.8	32.4	0.8	●															●											●	
	いなり(ミツハシライス)		95	2.5	2.6	14.8	0.6	●															●												
	(とろとろ)五目うま煮丼		356	8.7	7.2	68.6	1.8	●														●	●	●	●						●				
	(ピリ辛)五目うま煮丼		402	8.7	12.2	68.6	1.8	●														●	●	●	●						●				
	から揚げ丼※		761	29.3	36.5	72.4	1.5	●		●													●	●											
イーアス沖縄豊崎限定	ミニタコライス		485	18.6	14.2	68.1	1.4	●	●												●		●		●						●				
	にこはなセット(かけ)(アイス抜き)※		355	8.4	3.8	72.2	4.7	●		●			▲	▲								●	●												
	にこはなセット(ぶっかけ)(アイス抜き)※		368	8.1	3.8	75.6	4.1	●		●			▲	▲								●	●												
	アイス・バニラ		86	1.9	4.4	9.3	0.1		●														●												
	アイス・チョコ		84	1.8	3.9	10.4	0.1		●														●												
	アイス・シークワーサー		62	0.0	0.0	16.1	0.0																												
	アイス・グレープ		63	0.0	0.0	16.2	0.0																												
	アイス・紅イモ		85	1.7	4.0	10.3	0.1		●														●												
吉野家メニュー食材使用店舗	塩豚ねぎうどん	小	475	13.0	15.8	69.0	6.3	●		△											●		●	●	●	●					●	●		●	
		中	756	17.8	16.7	132.8	7.9	●		△											●		●	●	●	●					●	●		●	
		大	1128	26.1	24.9	198.2	10.8	●		△											●		●	●	●	●					●	●		●	
	塩豚おろしぶっかけ	小	500	12.3	16.0	75.7	4.5	●		△											●		●	●	●	●					●	●		●	
		中	789	17.4	16.8	141.1	6.7	●		△											●		●	●	●	●					●	●		●	
		大	1166	25.6	25.1	207.7	9.5	●		△											●		●	●	●	●					●	●		●	
	塩豚温玉ぶっかけ	小	555	18.1	20.9	70.9	4.6	●		●											●		●	●	●	●					●	●		●	
		中	843	23.2	21.8	136.3	6.9	●		●											●		●	●	●	●					●	●		●	
		大	1220	31.4	30.0	203.0	9.7	●		●											●		●	●	●	●					●	●		●	
	牛肉うどん	小	503	16.2	18.1	69.1	6.4	●		●											●		●	●		●					●			●	
		中	784	21.0	19.0	132.9	8.0	●		●											●		●	●		●					●			●	
		大	1169	30.8	28.5	198.3	10.1	●		●											●		●	●		●					●			●	
	牛肉おろしぶっかけ	小	532	15.8	18.3	76.8	4.5	●		●											●		●	●		●					●			●	
		中	821	20.9	19.2	142.1	6.8	●		●											●		●	●		●					●			●	
		大	1213	30.9	28.6	209.1	9.5	●		●											●		●	●		●					●			●	
	牛肉温玉ぶっかけ	小	587	21.6	23.3	72.0	4.7	●		●											●		●	●		●					●			●	
		中	875	26.7	24.1	137.4	7.0	●		●											●		●	●		●					●			●	
		大	1225	34.6	30.1	203.7	9.5	●		●											●		●	●		●					●			●	
沖縄限定	ミニタコス丼		430	12.7	14.0	64.7	1.1	●	●												●			●		●					●				
	ジューシーおにぎり		173	2.8	3.3	34.6	1.0	●															●	●		●									
	油味噌おにぎり		187	3.6	1.8	40.7	0.8																	●		●									
	紅芋コロッケ※		132	1.5	5.4	17.4	0.3	●																●											
	石垣牛コロッケ※		114	2.0	6.5	12.0	0.4	●	●												●			●											

※　栄養成分数値は原則として7訂食品成分表に基づいて試算した数値を記載しております。

※　栄養成分数値は配合に基づいた標準値です。店内で手作りしている為実際の数値に誤差が出る場合もありますのでご了承ください。

※　焼き芋天・かぼちゃ天はうどん弁当含め、季節によって入れ変わります。

③はなまるうどん　メニュー別カロリーアレルギー物質一覧　吉野家コラボ店舗メニュー

アレルギー情報について

・アレルギー情報は常に最新情報を掲載するようにしています。各データは随時更新されますので、最終更新日をご確認ください。

・アレルギー情報は、詳細に原材料調査を行った理論上のものです。本来その商品に使用しない食材が製造工場のラインや調理時に付着・混入する可能性があります。

【●】表示は、原材料に含むものを示しています。

【▲】表示は、原材料の製造過程や原材料の性質上、混入する可能性の高いものを示しています。

【△】表示は、うどんメニューの調理工程において「卵」の付着・混入の可能性が”特に”高いことを示しています。

【※】表示がメニュー名に付してあるものは店舗で油調しています。店舗での油調は揚げ油を共用しています（店舗により下記以外のメニューを販売していることがあります）。

おでんは同じ鍋で作成しています（店舗により下記以外のメニューを販売していることがあります）。

・アレルギー物質に対する感受性は、個人により大きな差があります。最終的なご購入につきましては、お客さまご自身で(担当医とご相談のうえ)ご判断くださいますようお願いいたします。

2024年5月1日改定　2024年5月7日改定版

メニュー			栄養成分（1食あたり）					特定原材料（対象8品目）								特定原材料に準ずるもの（対象20品目）																			
			熱量 (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	小麦 Wheat 小麦 밀	乳 Milk 牛奶 우유	卵 Egg 鸡蛋 계란	落花生 Peanut 花生 땅콩	そば Buckwheat 荞麦 메밀	えび Shrimp 虾 새우	かに Crab 螃蟹 게	くるみ Walnut 核桃 호두	あわび Abalone 鲍鱼 전복	いか Squid 鱿鱼 오징어	いくら SalmonRoe 鲑鱼卵 연어알	オレンジ Orange 橙子 오렌지	キウイ Kiwifruit 猕猴桃 키위	牛肉 Beef 牛肉 소고기	鮭 Salmon 三文鱼 연어	さば Mackerel 鲭鱼 고등어	大豆 Soybean 大豆 콩	鶏肉 Chicken 鸡肉 닭고기	豚肉 Pork 猪肉 돼지고기	松茸 Matsutake 松蘑 송이	バナナ Banana 香蕉 바나나	桃 Peach 桃子 복숭아	山芋 Yam 山药 참마	りんご Apple 苹果 사과	ごま Sesame 芝麻 깨	カシュー田ッツ Cashew Nut 腰果 캐슈넛	ゼラチン Gelatin 明胶 젤라틴	アーモンド Almond 杏仁 아몬드
吉野家コラボ店舗	牛丼	ミニ	443	13.4	15.8	63.9	1.7	●													●			●							●			●	
		小盛	489	15.6	19.6	64.6	1.9	●													●			●							●			●	
		並盛	633	19.6	23.6	88.2	2.5	●													●			●							●			●	
		アタマの大盛	725	23.0	28.8	96.6	2.8	●													●			●							●			●	
		大盛	838	25.0	29.0	123.2	3.1	●													●			●							●			●	
		特盛	1022	33.8	44.2	126.0	4.0	●													●			●							●			●	
		超特盛	1174	41.0	57.0	128.3	4.7	●													●			●							●			●	
	豚丼	小盛	438	11.1	15.4	63.9	1.5	●													●			●		●					●			●	
		並盛	576	14.4	18.6	88.1	2.3	●													●			●		●					●			●	
		アタマの大盛	654	16.6	22.6	96.1	2.4	●													●			●		●					●			●	
		大盛	771	18.9	22.8	123.7	3.1	●													●			●		●					●			●	
		特盛	948	25.6	36.8	128.1	4.5	●													●			●		●					●			●	
		超特盛	1059	30.0	44.7	132.4	6.2	●													●			●		●					●			●	
	ねぎ塩豚丼	小盛	467	11.9	17.1	66.7	2.4	●													●			●	●	●					●	●		●	
		並盛	612	15.2	20.9	91.5	3.5	●													●			●	●	●					●	●		●	
		アタマの大盛	706	18.0	25.5	101.6	4.7	●													●			●	●	●					●	●		●	
		大盛	815	19.8	25.7	127.6	4.7	●													●			●	●	●					●	●		●	
		特盛	995	26.3	40.2	131.7	6.1	●													●			●	●	●					●	●		●	
		超特盛	1105	30.3	48.8	134.9	7.3	●													●			●	●	●					●	●		●	
	鰻重	一枚盛	750	34.5	26.0	99.9	2.9	●																●											
		二枚盛	1092	62.1	51.2	103.6	4.4	●																●											
	鰻重（ご飯大盛）	一枚盛	859	36.2	26.3	125.9	2.9	●																●											
		二枚盛	1201	63.8	51.5	129.6	4.4	●																●											
	牛皿	並盛	281	13.5	22.9	5.2	1.8	●													●			●							●			●	
		大盛	344	16.6	28.0	6.5	2.3	●													●			●							●			●	
		特盛	532	25.6	43.3	9.9	3.5	●													●			●							●			●	
	豚皿	並盛	232	8.9	17.9	6.5	2.3	●													●			●		●					●			●	
		大盛	288	11.1	21.9	8.7	3.1	●													●			●		●					●			●	
		特盛	465	17.8	35.8	13.1	4.5	●													●			●		●					●			●	
	ねぎ塩豚皿		332	12.0	24.8	12.6	4.7	●													●			●	●	●					●	●		●	
	鰻皿	一枚盛	369	28.3	25.3	9.4	2.6	●																●											
		二枚盛	711	55.9	50.5	13.2	4.2	●																●											
		三枚盛	1053	83.5	75.7	16.9	5.7	●																●											
	牛鮭定食		685	31.8	25.0	87.9	4.0	●													●	●		●							●			●	
	ねぎ塩豚定食		711	19.4	26.2	100.3	6.0	●													●			●	●	●					●	●		●	

牛皿定食	並盛	719	26.4	29.3	89.4	3.3	●		●											●			●							●			●	
	大盛	782	29.5	34.4	90.7	3.8	●		●											●			●							●			●	
	特盛	970	38.5	49.6	94.1	5.0	●		●											●			●							●			●	
鰻重牛小鉢セット	一枚盛	927	43.2	38.5	107.6	6.1	●													●			●							●			●	
	二枚盛	1269	70.8	63.7	111.4	7.6	●													●			●							●			●	
牛皿・ねぎ塩豚定食		975	32.3	48.9	101.9	7.8	●													●			●	●	●					●	●		●	
牛皿・から揚げ定食※		1243	46.6	67.4	112.1	5.3	●	●	●											●			●	●						●			●	
から揚げ丼※	並盛	943	31.9	44.0	104.5	2.2	●	●	●														●	●										
	アタマの大盛	1171	41.0	58.4	118.9	2.9	●	●	●														●	●										
	大盛	1281	42.8	58.6	144.9	2.9	●	●	●														●	●										
	特盛	1478	51.5	73.1	151.9	3.6	●	●	●														●	●										
から牛※	並盛	887	30.0	41.0	100.2	2.4	●	●	●											●			●	●						●			●	
	アタマの大盛	1116	39.2	55.5	114.7	3.2	●	●	●											●			●	●						●			●	
	大盛	1225	40.9	55.7	140.6	3.2	●	●	●											●			●	●						●			●	
	特盛	1422	49.6	70.1	147.7	3.9	●	●	●											●			●	●						●			●	
ねぎ塩から揚げ丼※	並盛	992	33.7	46.0	110.8	4.7	●	●	●														●	●	●					●	●			
	アタマの大盛	1221	42.8	60.4	125.3	5.4	●	●	●														●	●	●					●	●			
	大盛	1330	44.6	60.6	151.3	5.4	●	●	●														●	●	●					●	●			
	特盛	1527	53.2	75.1	158.3	6.2	●	●	●														●	●	●					●	●			
ヤンニョムから揚げ丼※	並盛	1013	32.9	44.6	119.7	3.3	●	●	●														●	●							●			
	アタマの大盛	1241	42.1	59.1	134.1	4.0	●	●	●														●	●							●			
	大盛	1351	43.8	59.3	160.1	4.0	●	●	●														●	●							●			
	特盛	1548	52.5	73.7	167.1	4.7	●	●	●														●	●							●			
ヤンニョムから揚げ定食※	並盛	1238	43.2	59.6	131.0	5.3	●	●	●														●	●							●			
	大盛	1436	51.9	74.0	138.0	6.0	●	●	●														●	●							●			
	特盛	1633	60.6	88.5	145.0	6.7	●	●	●														●	●							●			
ヤンニョムソース(単品)		64	0.9	0.1	15.0	1.1																												
から揚げ定食※	並盛	1167	42.1	59.0	115.7	4.2	●	●	●														●	●										
	大盛	1364	50.8	73.4	122.7	4.9	●	●	●														●	●										
	特盛	1562	59.5	87.8	129.8	5.7	●	●	●														●	●										
ねぎ塩から揚げ定食※	並盛	1218	44.0	61.0	122.2	6.8	●	●	●														●	●	●					●	●			
	大盛	1415	52.6	75.4	129.2	7.5	●	●	●														●	●	●					●	●			
	特盛	1612	61.3	89.8	136.2	8.2	●	●	●														●	●	●					●	●			
から揚げ※	1個	197	8.7	14.4	7.0	0.7	●	●	●														●	●										
スパイシーカレー	並盛	489	8.6	7.7	99.1	3.1	●	●															●	●	●					●				
	ご飯増量	629	10.8	8.0	132.5	3.1	●	●															●	●	●					●				
牛スパイシーカレー	並盛	631	15.4	19.1	101.9	4.1	●	●												●			●	●	●					●			●	
	ご飯増量	771	17.6	19.4	135.2	4.1	●	●												●			●	●	●					●			●	
から揚げスパイシーカレー※	並盛	884	25.9	36.5	113.2	4.5	●	●	●														●	●	●					●				
	ご飯増量	1024	28.1	36.8	146.5	4.5	●	●	●														●	●	●					●				
肉だく(牛小鉢)		142	6.8	11.5	2.8	1.0	●													●			●							●			●	
ねぎだく		48	1.7	0.7	8.6	1.2	●													●			●							●			●	
山椒	1パック	1	0.0	0.0	0.2	0.0																												
マヨネーズ	1パック	27	0.1	2.6	0.6	0.3			●														●											
みそ汁 (生ネギ＋乾燥わかめ仕様)		21	1.4	0.6	2.7	1.4																	●											
みそ汁(あおさ)		19	1.2	0.5	2.4	1.3																	●											
ねぎ玉子		103	7.2	5.7	5.2	1.1	●		●														●								●			
チーズ		103	7.4	7.9	0.6	0.5		●																										
お新香	1皿	17	0.7	0.5	2.5	0.9	●																											
紅生姜	5g	1	0.0	0.0	0.2	0.3																												
テイクアウト用　紅生姜	5g	1	0.0	0.0	0.2	0.3																												

	牛すき鍋膳	並盛	1025	35.7	38.5	137.3	7.4	●		●										●			●		●					●	●		●	
		大盛	1146	41.5	48.9	138.2	7.8	●		●										●			●		●					●	●		●	
	牛すき鍋膳（2倍盛り）	並盛	1387	53.2	69.8	140.1	8.8	●		●										●			●		●					●	●		●	
		大盛	1508	59.0	80.2	141.0	9.3	●		●										●			●		●					●	●		●	
	肉2倍盛り分		362	17.4	31.2	2.8	1.4	●		●										●			●		●					●			●	
	牛すき鍋（単品）	並盛	676	30.2	37.8	54.3	6.8	●		●										●			●							●			●	
		大盛	797	36.0	48.3	55.2	7.3	●		●										●			●		●					●			●	
	牛鍋ファミリーパック	3人前	1259	55.8	93.8	47.9	11.6	●		●										●			●		●					●			●	
		4人前	1679	74.4	125.1	63.9	15.5	●		●										●			●		●					●			●	
	牛すき丼	並盛	665	20.0	22.6	98.6	3.2	●		●										●			●		●					●			●	
		大盛	935	28.2	33.3	134.9	4.1	●		●										●			●		●					●			●	
	牛すき丼（炊飯油あり）	並盛	672	19.9	23.5	98.2	3.2	●		●										●			●		●					●			●	
		大盛	945	28.2	34.6	134.4	4.1	●		●										●			●		●					●			●	

※　栄養成分数値は原則として7訂食品成分表に基づいて試算した数値を記載しております。

※　栄養成分数値は配合に基づいた標準値です。店内で手作りしている為実際の数値に誤差が出る場合もありますのでご了承ください。

※　焼き芋天・かぼちゃ天はうどん弁当含め、季節によって入れ変わります。

④はなまるうどん　原産地情報一覧

食材	原産地	食材	原産地
うどん	小麦粉:国内製造	牛肉	豪州産、米国産、カナダ産
青ねぎ	中国産、国産	たまご	国産
米	国産、豪州産	豚肉	スペイン産、メキシコ産
天ぷら粉	小麦粉:国内製造	鶏肉	タイ産、ベトナム産

※ 季節や調達の都合により、表記以外の産地のものを使用する場合がありますのでご了承ください。

※ 原則として直近の仕入実績により記載しております。