カロリー、アレルゲン表示

最終的なご注文の判断は、お客様ご自身でお願いいたします。
○はアレルゲン物質を含む商品、▲製造工場でにおいてアレルゲン物質が混入する可能性がある商品、空欄は含まない商品。
※　青のりには極稀にエビやカニの成分が混ざる場合がございます。

更新日 2022/11/25

商品名	カロリー	アレルゲン																									
	Kcal	卵	乳製品	小麦	大豆	牛肉	えび	かに	そば	落花生	あわび	いか	いくら	ｵﾚﾝｼﾞ	ｷｳｲ	くるみ	さけ	さば	鶏肉	まつたけ	もも	やまいも	ﾘﾝｺﾞ	ｾﾞﾗﾁﾝ	ﾊﾞﾅﾅ	ごま	ｶｼｭｰﾅｯﾂ	豚肉
お好み焼																											
豚玉	519	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				○
いか玉	397	○	○	○	○		▲	▲				○						○	▲			○	○	▲				▲
いか豚玉	536	○	○	○	○		▲	▲				○						○	▲			○	○	▲				○
豚キムチ玉	550	○	○	○	○		○	○			○	○	○				○	○	▲			○	○	▲		○		○
豚もっちっチー玉	740	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				○
すじ玉	534	○	○	○	○	○	▲	▲										○	▲			○	○	▲				▲
ねぎもちチーズ玉	610	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				▲
ミックス玉	546	○	○	○	○		○	▲				○						○	▲			○	○	▲				○
ここやねんﾃﾞﾗｯｸｽ玉	591	○	○	○	○		○	▲				○						○	▲			○	○	▲				○
全部入れ玉	740	○	○	○	○		○	▲				○						○	▲			○	○	▲				○
海鮮ミックス玉	449	○	○	○	○		○	▲				○						○	▲			○	○	▲				▲
明太餅チーズ玉	831	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				▲
温玉ねぎぶっかけ豚玉	618	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				○
温玉とろろぶっかけ豚玉	634	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				○
牡蠣玉	447	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				▲
お好み大盛	329	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				▲
モダン仕立てトッピング	217	▲	○	○	○				▲													▲	○					
広島焼き																												
広島・豚	782	○	○	○	○		▲	▲	▲									○	▲			○	○	▲				○
広島・ミックス	809	○	○	○	○		○	▲	▲			○						○	▲			○	○	▲				○
広島・牛すじ	797	○	○	○	○	○	▲	▲	▲									○	▲			○	○	▲				▲
広島・ここやねんﾃﾞﾗｯｸｽ	854	○	○	○	○		○	▲	▲			○						○	▲			○	○	▲				○
焼きそば																												
焼そば・豚	610			○	○		○	▲	▲										○		○		○					○
焼そば・いか	488			○	○		○	▲	▲			○							○		○		○					○
焼そば・いか豚	630			○	○		○	▲	▲			○							○		○		○					○
焼そば・豚キムチ	641			○	○		○	○	▲		○	○	○				○	○	○		○		○			○		○
野菜たっぷり焼そばソース	696			○	○		○	▲	▲										○		○		○					○
焼そば・海鮮ﾐｯｸｽ	540			○	○		○	▲	▲			○							○		○		○					○
焼そば・ｺｺﾔﾈﾝﾃﾞﾗｯｸｽ	681			○	○		○	▲	▲			○							○		○		○					○
全部乗せ焼きそば	781	○		○	○		○	▲	▲			○							○		○		○					○
焼そば・ミックス	637			○	○		○	▲	▲			○							○		○		○					○
牡蠣焼そば	550			○	○		○	▲	▲										○		○		○			○		○
塩ダレ焼そば	626			○	○		▲	○	▲										○							○		○
塩ダレガーリック焼そば	650			○	○		▲	○	▲										○							○		○
塩だれねぎたっぷりそば	638			○	○		▲	○	▲										○							○		○
塩だれ野菜たっぷり焼そば	690			○	○		▲	○	▲										○							○		○
塩ダレミックス焼そば	636			○	○		○	○	▲			○							○							○		○
塩だれここやねんDXそば	677			○	○		○	○	▲			○							○							○		○
全部乗せ塩焼きそば	776	○		○	○		○	○	▲			○							○							○		○
塩だれ海鮮ﾐｯｸｽ焼きそば	535			○	○		○	○	▲			○							○							○		○
牡蠣塩焼そば	519			○	○		▲	○	▲										○							○		○
味噌だれ上ホルモン焼そば	816			○	○	○	▲	▲	▲														○			○		
そば大盛	409			○	○		○		▲										○		○		○					○
もんじゃ焼き																												
もんじゃ・ｲｶｶﾞﾅﾓﾝｼﾞｬ	189	▲	▲	○	▲		○	▲				○						○	▲			○		▲				▲
もんじゃ・ｼﾞｬｶﾞﾊﾞﾀｰ	422	▲	○	○	▲		○	▲										○	▲			○		▲				▲
もんじゃ・ﾌﾞﾀｷﾑﾁ	345	▲	▲	○	○		○	○			○	○	○				○	○	▲			○		▲		○		○
もんじゃ・もっちっチー	393	▲	○	○	▲		○	▲										○	▲			○		▲				▲
もんじゃ・ﾐｯｸｽ	341	▲	▲	○	▲		○	▲				○						○	▲			○		▲				○
もんじゃ海鮮ミックス	248	▲	▲	○	▲		○	▲				○						○	▲			○		▲				▲
もんじゃ・ここやねんﾃﾞﾗｯｸｽ	382	▲	▲	○	▲		○	▲				○						○	▲			○		▲				○
もんじゃ・全部乗せ	541	○	▲	○	▲		○	▲				○						○	▲			○		▲				○
もんじゃ・明太子もっちっチー	385	▲	○	○	▲		○	▲										○	▲			○		▲				▲
もんじゃ・明太子チーズ	319	▲	○	○	▲		○	▲										○	▲			○		▲				▲
もんじゃ・明太子もち	280	▲	▲	○	▲		○	▲										○	▲			○		▲				▲
もんじゃ・明太子ｽﾍﾟｼｬﾙ	262	▲	▲	○	▲		○	▲				○						○	▲			○		▲				▲
塩カマンベールもんじゃ	534	▲	○	○	○		○	○										○	○			○		▲		○		○
塩もんじゃ・イカが	187	▲	▲	○	○		○	○				○						○	○			○		▲		○		○
塩もんじゃ・じゃがばたー	420	▲	○	○	○		○	○										○	○			○		▲		○		○
塩もんじゃ・もっちっチー	391	▲	○	○	○		○	○										○	○			○		▲		○		○
塩もんじゃ・ミックス	339	▲	▲	○	○		○	○				○						○	○			○		▲		○		○
ﾍﾟﾋﾞｰｽﾀｰ&塩ﾐｯｸｽ	366	▲	▲	○	○		○	○	▲	▲		○						○	○			○		○		○		○
塩もんじゃ・海鮮ミックス	230	▲	▲	○	○		○	○				○						○	○			○		▲		○		○
塩もんじゃ・ここやねんﾃﾞﾗｯｸｽ	400	▲	▲	○	○		○	○				○						○	○			○		▲		○		○
塩もんじゃ・全部乗せ	540	○	▲	○	○		○	○				○						○	○			○		▲		○		○
おこげもんじゃいかキムチ	415	▲	▲	○	○		○	○		▲	○	○	○				○	○	▲			○		○		○		○
おこげもんじゃもっちチー	589	▲	○	○	○		○	▲		▲								○	▲			○		○				○
おこげもんじゃたっぷりチーズ	717	▲	○	○	○		○	▲		▲								○	▲			○		○				○
おこげもんじゃ海鮮バター	558	▲	○	○	○		○	▲		▲		○						○	▲			○		○				○
おこげもんじゃカマンベール	731	▲	○	○	○		○	▲		▲								○	▲			○		○				○
カルボナーラもんじゃ	586	○	○	○	○		○	○										○	○			○		○		○		○
ｶﾙﾎﾞﾅｰﾗもんじゃ明太子	628	○	○	○	○		○	○										○	○			○		○		○		○
ｶﾙﾎﾞﾅｰﾗもんじゃｶﾏﾝﾍﾞｰﾙ	949	○	○	○	○		○	○										○	○			○		○		○		○
トッピング																												
生卵トッピング	101	○																										
梅干トッピング	8																											
ﾍﾟﾋﾞｰｽﾀｰトッピング	27	▲	▲	○	○		▲	▲	▲	▲									○					○				○
豚トッピング	142																											○
いかトッピング	17											○																
ねぎトッピング	12																											
餅トッピング	46																											
たこトッピング	25																											
温泉卵トッピング	87	○																										
ポテトトッピング	102																											
キムチトッピング	25				○		○	○			○	○	○				○	○								○		
チーズトッピング	175		○																									
えびトッピング	35						○																					
ほたてトッピング	41																											
すじトッピング	157			○	○	○																						
明太子トッピング	42																											
温玉ねぎトッピング	99	○																										
温玉とろろトッピング	115	○																○				○						
野菜大盛	59				○																							
おこげせんべいトッピング	41		▲	○	○		▲			▲																		
牡蠣トッピング(4個)	56																											

カロリー、アレルゲン表示

最終的なご注文の判断は、お客様ご自身でお願いいたします。
○はアレルゲン物質を含む商品、▲製造工場でにおいてアレルゲン物質が混入する可能性がある商品、空欄は含まない商品。
※　青のりには極稀にエビやカニの成分が混ざる場合がございます。

更新日 2022/11/25

商品名	カロリー	アレルゲン																									
	Kcal	卵	乳製品	小麦	大豆	牛肉	えび	かに	そば	落花生	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	くるみ	さけ	さば	鶏肉	まつたけ	もも	やまいも	リンゴ	ゼラチン	バナナ	ごま	ショートケーキ	豚肉
ふうわり焼																											
ふうわり焼きたこ	311	○	▲	○	○													○	▲			▲		▲				▲
ふうわり焼きたこ梅	336	○	▲	○	○													○	▲			▲		▲				▲
ふうわり焼きたこネギ	324	○	▲	○	○													○	▲			▲		▲				▲
ふうわり焼きたこネギ	324	○	▲	○	○													○	▲			▲		▲				▲
ふうわり焼きたこハーフ	156	○	▲	○	○													○	▲			▲		▲				▲
ふうわり焼きたこ梅ハーフ	172	○	▲	○	○													○	▲			▲		▲				▲
ふうわり焼きたこネギﾊｰﾌ	162	○	▲	○	○													○	▲			▲		▲				▲
ふうわり焼きたこﾁｰｽﾞﾊｰﾌ	243	○	○	○	○													○	▲			▲		▲				▲
おつまみ・一品																											
生ハムオニオン	84			○	○																		○					○
鶏皮ポン酢	179	○	○	○	○													○	○				○					
冷奴	111			○	○													▲										
冷やしトマト	19																											
白菜キムチ	62				○		○	○			○	○	○				○	○								○		
枝豆	131				○																							
きゅうりの浅漬けスティック	45			○	○																							
黒胡椒ポテトサラダ	148	○	○	○	○												○						○					
サラダ																											
ここやねんサラダ	394	○	○	○	○		○										○						○					○
豆腐の和風梅しらすサラダ	260			○	○		▲	▲															○			○		
普通の野菜サラダ	162			○	○																		○					
トマトサラダ	158			○	○																		○					
ポテトサラダ	240	○	○	○	○												○						○					
鉄板焼き																											
とんぺい焼き	428	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				○
じゃがチーズ	696	○	○	○	○																							
やわらか牛ステーキ	315	▲	▲	○	○	○																○						
豚キムチ炒め	487			○	○		○	○			○	○	○				○	○								○		○
お好み焼き屋だし巻き	246	○																										
明太子じゃがチーズ	730	○	○	○	○																							
ゲソの塩焼き	189			○	○							○																
ゲソポンマヨ	273	○		○	○							○																
ホタテバター	133		○	○	○																							
上ホルモン炒め	348			○	○	○																	○			○		
国産鶏の上砂ずり	147			○	○														○									
ねぎずりポン	133			○	○														○									
鶏せせりと白ねぎの醤油焼	247			○	○														○							○		
鶏せせり柚子胡椒添え	235			○	○														○									
鶏なんこつ	68			○	○														○									
焼き白ねぎ	61			○	○																					○		
コーンバター	191		○	○	○																							
あらびきソーセージ5本	335				○																		○					○
長芋のバター醤油焼き	119		○	○	○																	○				○		
牡蠣のバター焼き	131		○																									
牡蠣とねぎポン酢	107			○	○																							
ごはんもの																											
豚とろだししょうゆﾁｬｰﾊﾝ	609	○		○	○																					○		○
焼きおにぎり	321			○	○																			○		○		○
白ごはん	342			○	○																					○		
梅茶漬け	498			○	○		▲	▲																				
明太子茶漬け	278			○	○		▲	▲																				
デザート																											
北海道バニラ	90	▲	○		○																							
レモンシャーベット	51	▲	○																									
ここやねんプリン	286	○	○	▲	○					▲				▲	▲						▲		▲	▲	▲	▲		
わらび餅＆大学芋	186	▲	▲	▲	○		▲											▲	▲			▲		▲	▲	○		▲
京わらびもち	177	▲	▲	▲	○		▲											▲	▲			▲		▲	▲	▲		▲
大学芋	181																									○		
チョコサンデー	491	▲	○	▲	○											▲											▲	
苺サンデー	457	▲	○	▲	○											▲											▲	
ホクホクおさつサンデー	520	▲	○	▲	○																					○		
ランチメニュー																											
お好み焼ﾗﾝﾁ	970	○	○	○	○		▲	▲										○	▲			○	○	▲				○
焼きそばﾗﾝﾁ	1,061			○	○		○	▲	▲										○		○		○					○
ﾊｰﾌ＆ﾊｰﾌﾗﾝﾁ	1,015	○	○	○	○		○	▲	▲									○	○		○	○	○	▲				○
ここやねんランチ	1,184	○	○	○	○		○	▲	▲									○	○		○	○	○	▲				○