

カロリー一覧表

だし茶漬けえん 共通
だし茶漬け+肉うどんえん
2025/7/8 現在

－ 注意事項 －

この数値は、五訂増補日本食品標準成分表に基づく計算上の数値です。あくまでも参考数値としてご理解ください。
お漬物は毎週替わりますので平均値で算出しております。ごはんは普通盛り（180g）で算出しております。

＜表示例＞

それぞれパーツ別に
表示しております。



メニュー名	エネルギー (Kcal)
-------	-----------------

①おぼろ豆腐・お漬物

おぼろ豆腐の胡麻ダレがけ	42
お漬物（平均値）	6

②季節のおばんざい ※本日のおばんざいはスタッフにご確認ください

きんぴらごぼう	29
きんぴら蓮根	30
ひじき煮	19
切干だいこん煮	23

③メイン + 出汁

鯛だし茶漬け	466
明太子と高菜のだし茶漬け	352
奄美大島 鶏飯風だし茶漬け	387
サーモンといくらのだし茶漬け	464
山形だしと湯葉ちりめんのだし茶漬け	376
小海老・小柱・磯天のだし茶漬け	612
漬け鰯の漁師風だし茶漬け	391
釜揚げしらすと南高梅のだし茶漬け	366
鰯のたたき香味和え茶漬け	385
うなぎのひつまぶし風だし茶漬け	668
PREMIUM海鮮ひつまぶし風だし茶漬け	589

■ごはんの量（上記エネルギーに±）

小盛り	－50
普通盛り	±0
大盛り	＋135

メニュー名	エネルギー (Kcal)
-------	-----------------

■トッピング

（トッピング）紀州南高梅	15
（トッピング）明太子	22
（トッピング）サーモン	108
（トッピング）釜揚げしらす	23
（トッピング）いくらの醤油漬け	27
（トッピング）漬け鰯	62
（トッピング）うなぎ	133

■プラス一品

和食屋の肉じゃがコロッケ	388
じゃがいもと牛肉のシンプルコロッケ	237
和食屋のジューシーメンチカツ	288
鶏の塩竜田揚げ	234
鶏の塩竜田揚げ(コレド日本橋店)	276
鶏の塩竜田揚げ(ららぽーと豊洲3店、六本木ヒルズ店)	230

■肉うどん ※一部店舗のみ

肉うどん	593
------	-----

■天ぷら ※一部店舗のみ

天ぷら ちくわ磯辺揚げ	192
天ぷら 鶏天	168

■トッピング ※一部店舗のみ

温泉たまご	91
青菜	9
きつね	90

■セットどんぶり ※一部店舗のみ

漬け鰯丼	273
サーモンといくら丼	319
明太子と高菜丼	240