

## わがん 栄養価・アレルギー情報一覧

## 栄養価情報

- ・定食のカロリーは「御実御汁食」「味穀米ごはん普通盛り」の場合です。
- ・ごはんの量、およびトッピングによる増減は表示カロリーをプラス、又は、マイナスしてください。


## アレルギー情報

- ・表示対象
- ・この情報は食材の原材料を確認したものです。○印は原材料として含まれるものを表します。
- ・「御実御汁食」「味穀米ごはん」及び、当店で使用いたしております「油」には大豆が含まれます。
- ・「お漬物」「有機醤油」には、小麦が含まれております。

アレルギー物質に対する感受は個人によって大きな差があります。またアレルギー情報は原材料表示情報を確認したもので、店舗での調理作業過程において混入する場合があります。絶対的なものではありませんので、ご利用の際には、専門医などに相談・指導の上で、お客様ご自身でご判断いただきますようお願い致します。

メニュー名		カロリー kcal	塩分 g	アレルギー				
				卵	乳	小麦	そば	落花生
日替り定食	※	710	1.6	○	△	○		
焼魚定食	※	700	0.6	△		○		
カレイと野菜の揚げ煮	定食	665	2.2	○		○		
チキン竜田のゆず胡椒ポン酢	定食	674	1.8	○		○		
健康美人丼	定食	568	1.3	○		○		
サワラと野菜の黒酢和え	定食	746	1.9	○		○		
豚肉生姜焼き	定食	762	1.9			○		
さばの塩焼き	定食	692	0.8			○		
揚出し豆腐と鶏天	定食	794	1.9	○	○	○		
納豆	30g	60						
温泉たまご	1個	79		○				
冷奴	1/4丁	58				○		
とろろ	25g	48				○		
生卵	1個	76		○				
豆腐のサラダ	お料理	50				○		
大根のシャキシャキ サラダ	お料理	27				○		
御実御汁食	お料理	94	0.1			○		
味穀米 少め		205				大麦		
味穀米 並		285				大麦		
味穀米 大盛		396				大麦		
味穀米 特盛		488				大麦		

※については、内容の変更がありますので平均値想定です。

※  は、試算しておりません。

--- ご不明の点は、スタッフまたは店長までおたずね下さい。 ---