

## 石焼炒飯店メニュー別 カロリー・栄養成分・アレルギー一覧表

メニューごとの、アレルギー、カロリーの表示を行っております。

アレルギー物質に対する反応には個人差があり、微量な混入でも症状がでることがあります。判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断いただきますようお願いいたします。

また、店舗内製造時、調理盛付けの際には細心の注意を払っていますが、器具等の共有により他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。ご理解いただきますようお願いいたします。

メニュー名称	アレルギー品目							原材料に使用 (はちみつ)	エネルギー 1食あたり (Kcal)	たんぱく質 1食あたり (g)	脂質 1食あたり (g)	炭水化物 1食あたり (g)	食塩相当量 1食あたり (g)
	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに						
<b>定食</b>													
台湾定食									1,089	32.8	53.4	115.2	8.7
台湾定食(大)									1,210	34.6	55.2	138.4	9.3
レディースセット						え		はちみつ	865	16.6	68.7	45.1	3.2
<b>期間限定メニュー</b>													
期：PURPLE酸辣湯麵									581	23.7	21.4	78.8	6.6
期：BLACK麻婆拉麵									711	28.6	34.0	75.5	7.7
黒毛和牛の脂かけおこげ						え			734	12.0	46.0	66.3	3.1
牡蠣と蟹の海鮮おこげ						え	か		558	12.3	26.8	67.5	3.8
<b>拉麵・炒飯</b>													
台湾まぜ炒飯									837	25.1	38.7	93.2	5.4
台湾まぜそば						か			771	27.6	46.1	68.0	5.4
ルーロー飯									1,073	32.2	56.3	99.8	7.1
タンツ麺									647	25.8	29.3	73.0	7.7
台湾豆乳麵									510	20.1	19.7	68.6	5.9
蛤麵									552	40.2	15.3	70.4	10.3
台湾ねぎそば									544	15.5	24.4	70.1	6.9
台湾まぜ炒飯(大)									956	26.8	40.3	116.3	5.9
ルーロー飯(大)									1,302	32.2	65.8	132.7	10.0
四川風麻婆豆腐炒飯						落	え		1,327	26.8	85.3	106.9	5.8
回鍋肉しじり炒飯						落			1,041	21.0	60.9	94.6	3.8
油淋鶏しじり炒飯						落			1,103	36.7	59.4	101.6	6.9
石焼坦々麵									655	24.3	32.4	71.5	8.7
白坦々麵									816	28.3	49.4	71.9	6.3
四川風麻婆豆腐炒飯(大)						落	え		1,451	28.9	87.1	130.6	6.9
回鍋肉しじり炒飯(大)						落			1,165	23.1	62.7	118.4	4.8
油淋鶏しじり炒飯(大)						落			1,227	38.8	61.2	125.3	7.9
厚切りベーコンのカルボナーラ風									894	30.4	46.1	84.9	4.4
厚切りベーコンとラクレットチーズ									806	19.1	41.2	85.5	4.5
モッツアレラソット炒飯									903	25.2	47.5	89.3	5.4
ゴルゴンゾーラソット炒飯									852	19.2	42.0	97.2	4.2
チーズタッカルビ炒飯									1,135	37.4	53.9	121.2	7.8
ベーコンのカルボ(大)									1,015	32.2	47.9	108.1	5.0
ベーコンとラクレット炒飯(大)									982	24.2	47.0	110.0	6.2
モッツアレラ炒飯(大)									1,075	30.7	53.0	113.3	6.4
ゴルゴンゾーラ炒飯(大)									964	21.8	45.2	114.3	5.5
タッカルビ炒飯(大)									1,350	39.5	65.6	144.9	8.9
あん：海鮮中華オコゲ						え			587	19.6	26.9	67.2	3.6
国産産揚げしらすと高						え	か		692	14.9	30.9	84.3	3.9
エビチリ炒飯						落	え		821	20.6	36.1	98.9	4.2
海鮮八宝麵						え	か		411	22.3	5.6	72.8	6.9
松笠イカと九条ねぎ 炒飯						え	か		814	19.6	40.2	88.6	4.2
えびめし炒飯						え			706	20.0	30.8	83.2	5.7
しらすと高菜炒飯(大)						え	か		816	17.0	32.7	108.0	5.0
エビチリ炒飯(大)						え			1,140	27.8	48.7	140.6	6.2
イカとねぎ炒飯(大)						え	か		938	21.6	42.0	112.3	5.3
えびめし炒飯(大)						え			751	19.4	22.2	113.6	5.8
炙りチャーシュー炒飯									864	15.7	40.0	95.1	4.3
四元豚塩だれ炒飯									878	18.6	47.6	87.7	3.3
豚バラキノ中華オコ						え			746	15.7	43.8	72.3	3.2
カルビ焼肉炒飯									1,040	28.6	58.9	89.4	3.6
ザリガネ半炒飯									1,131	31.5	65.0	95.7	4.9
カオマンガイ風炒飯									921	28.1	47.7	88.0	4.1
炙り焼豚炒飯(大)									989	17.7	41.7	118.8	5.3
四元豚塩だれ炒飯(大)									1,002	20.6	49.4	111.4	4.4
カルビ焼肉炒飯(大)									1,347	32.4	71.7	132.0	5.6
ステーキ炒飯(大)									1,240	32.9	66.8	116.3	4.8
カオマンガイ風炒飯(大)									1,045	30.1	49.5	111.7	5.1
八宝菜炒飯						え			635	17.4	21.1	89.7	4.5
ベーコンラス炒飯									814	13.8	44.5	85.3	3.8
黒焼きそば						え			545	16.8	22.4	73.8	5.7
八宝菜炒飯(大)						え			892	22.3	34.6	117.9	6.6
ベーコンラス炒飯(大)									938	15.9	46.3	109.0	4.9
<b>中華一品</b>													
回鍋肉									422	11.3	32.8	17.4	1.6
麻婆豆腐									344	12.1	26.8	12.4	1.8
油淋鶏									569	25.6	44.1	18.6	3.3
よだれ鶏									280	18.0	16.9	12.3	3.0
米粉唐揚げ2個									436	18.5	31.3	16.8	1.4
米粉唐揚げ4個									872	37.1	62.7	33.7	2.8
米粉唐揚げ8個									1,745	74.2	125.3	67.4	5.5
米粉唐揚げヤムニョムチキン2個									481	19.1	32.3	25.0	2.4
米粉唐揚げヤムニョムチキン4個									963	38.3	64.7	50.1	4.8
米粉唐揚げヤムニョムチキン8個									1,927	76.6	129.3	100.2	9.5
米粉唐揚げガーリック2個									443	18.8	31.3	18.3	1.5
米粉唐揚げガーリック4個									887	37.6	62.7	36.6	3.1
米粉唐揚げカレー2個									444	18.8	31.6	18.2	1.4
米粉唐揚げカレー4個									889	37.6	63.1	36.4	2.8
<b>お子様</b>													
お子様炒飯									534	10.4	20.7	72.7	2.7
お子様ラーメン									261	8.8	8.0	41.0	4.0
お子様プレート									667	15.3	35.3	69.4	3.2
お子様：唐揚げセット									375	13.3	24.1	26.6	1.4
<b>甘味</b>													

メニュー名称	アレルギー品目							原材料に使用 (はちみつ)	エネルギー 1食あたり (Kcal)	たんぱく質 1食あたり (g)	脂質 1食あたり (g)	炭水化物 1食あたり (g)	食塩相当量 1食あたり (g)
	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに						
ソルティライオン菓子									45	0.1	0.0	11.9	0.1
ブドウ菓子									55	0.1	0.0	14.6	0.0
クレープフルーツ菓子									48	0.1	0.0	12.4	0.0
中華ポテト(単品)									116	0.4	3.8	20.1	0.0
台湾カステラ(単品)	卵	乳	小麦					大豆	133	2.9	6.4	15.6	0.1
黒胡麻団子(単品)			小麦					大豆 ごま 豚肉 ゼラチン カシューナッツ	263	2.6	18.6	21.3	0.0
デザート蒸籠	卵	乳	小麦					大豆 ごま 豚肉 ゼラチン カシューナッツ	506	5.9	28.1	57.1	0.2
ドリンク													
角ハイボール									88	0.0	0.0	3.7	0.0
プレミアムモルツ									158	0.7	0.0	13.0	0.0
オレンジジュース								オレンジ	66	0.0	0.0	16.5	0.0
アイスウーロン茶									0	0.0	0.0	0.0	0.0
アイスコーヒー		乳						大豆	39	0.7	0.9	7.5	0.0
ジャスミン									0	0.0	0.0	0.0	0.0
イオンモール倉敷店													
倉敷) プレーン炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	754	13.2	35.7	89.2	3.7
倉敷) プレーン炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	918	16.7	39.6	115.8	5.0
倉敷) 豚バラ塩だれ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	888	17.7	46.3	93.5	4.0
倉敷) 豚バラ塩だれ炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	1,059	21.3	50.4	121.3	5.6
倉敷) しらすと高菜炒飯	卵	乳	小麦		え	か		大豆 いか ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	748	15.6	34.1	89.3	4.6
倉敷) しらすと高菜炒飯(大)	卵	乳	小麦		え	か		大豆 いか ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	912	19.2	38.0	115.9	5.8
倉敷) 台湾まぜ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま さば 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	845	22.4	39.4	95.0	4.8
倉敷) 台湾まぜ炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま さば 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	993	24.7	42.3	121.6	6.0
倉敷) 炙り豚肉煮炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	921	16.4	43.1	100.1	5.0
倉敷) 炙り豚肉煮炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	1,085	19.9	47.0	126.8	6.2
倉敷) ハーコンとラクレット炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	863	19.8	44.3	90.6	5.3
倉敷) ハーコンとラクレット炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	1,011	22.2	47.2	117.2	6.5
倉敷) カルビ焼肉炒飯	卵	乳	小麦					大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	1,042	23.4	58.7	95.7	4.3
倉敷) カルビ焼肉炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	1,216	27.2	62.7	125.1	4.9
倉敷) ビビンバ風炒飯	卵	乳	小麦		え			大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご	833	17.7	39.5	96.8	4.6
倉敷) ビビンバ風炒飯(大)	卵	乳	小麦		え			大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご	996	21.2	43.3	123.4	5.8
倉敷) 豚バラの塩かけそば	卵	乳	小麦		え			大豆 ごま さば 牛肉 豚肉 鶏肉	934	17.5	65.7	73.0	3.8
倉敷) なぎそば	卵	乳	小麦					大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	544	15.5	24.4	70.1	6.9
倉敷) L定: カルビ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご	1,685	37.4	116.0	114.2	7.3
倉敷) L定: しらすと高菜炒飯	卵	乳	小麦		え	か		大豆 いか ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン りんご	1,392	29.6	91.3	107.8	7.7
倉敷) L定: 豚バラ塩だれ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン りんご	1,532	31.6	103.6	112.0	7.1
倉敷) L定: 担々麺	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご	1,261	35.3	86.1	91.6	11.2
倉敷) L定: 豚バラ塩だれ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	1,063	26.7	54.5	109.9	5.1
倉敷) L定: 豚バラ塩だれ炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	1,233	30.3	58.6	137.7	6.7
倉敷) L定: しらすと高菜炒飯	卵	乳	小麦		え	か		大豆 いか ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	952	25.6	44.1	107.7	6.6
倉敷) L定: しらすと高菜炒飯(大)	卵	乳	小麦		え	か		大豆 いか ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	1,116	29.2	48.0	134.4	7.8
倉敷) L定: 担々麺	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉	655	24.3	32.4	71.5	8.7
倉敷) L定: カルビ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉	1,245	33.4	68.8	114.1	6.3
倉敷) L定: カルビ炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉	1,420	37.2	72.8	143.6	6.9
倉敷) L定: プレーン炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	958	23.1	45.8	107.6	5.7
倉敷) L定: プレーン炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	1,122	26.7	49.7	134.2	6.9
倉敷) L定: カルビ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	1,042	23.4	58.7	95.7	4.3
倉敷) L定: カルビ炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	1,216	27.2	62.7	125.1	4.9
倉敷) L定: 台湾まぜ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま さば 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	845	22.4	39.4	95.0	4.8
倉敷) L定: 台湾まぜ炒飯(大)	卵	乳	小麦					大豆 ごま さば 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン	993	24.7	42.3	121.6	6.0
倉敷) ロコモコ炒飯	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン りんご	1,163	26.2	67.6	104.9	6.7
倉敷) 温泉卵	卵								73	6.9	5.7	0.2	0.2
倉敷) キムチ		乳			え			ごま りんご	16	0.9	0.1	2.8	0.4
倉敷) チーズ		乳							71	5.2	5.6	0.0	0.3
倉敷) 辛味噌			小麦					大豆 ごま 豚肉 鶏肉	93	6.1	4.5	6.7	1.3
倉敷) なぎ									6	0.4	0.1	1.3	0.0
倉敷) 唐揚げ2個、スープ	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご	643	14.0	57.3	18.5	3.1
倉敷) 油淋鶏2個、スープ	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご	643	14.0	57.3	18.5	3.1
倉敷) ハーフ担々麺	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉	414	15.5	21.1	43.3	5.7
倉敷) ハーフなぎそば	卵	乳	小麦					大豆 牛肉 豚肉 鶏肉	312	9.3	14.3	39.0	4.8
倉敷) スープ	卵	乳	小麦					大豆 ごま 牛肉 豚肉 鶏肉	35	1.2	2.2	2.4	1.1
倉敷) 唐揚げ、春巻セット	卵	乳	小麦					大豆 ごま 鶏肉	174	9.0	8.2	16.4	1.1
倉敷) オレンジジュースM								オレンジ	25	0.1	0.1	6.2	0.0
倉敷) オレンジジュースL								オレンジ	30	0.1	0.1	7.5	0.0
倉敷) カルピスM		乳							26	0.1	0.0	6.3	0.0
倉敷) カルピスL		乳							31	0.1	0.1	7.5	0.0
倉敷) カルピスソーダM		乳							22	0.1	0.0	5.5	0.0
倉敷) カルピスソーダL		乳							27	0.1	0.0	6.6	0.0
倉敷) メロンソーダM									23	0.0	0.0	6.0	0.0
倉敷) メロンソーダL									28	0.0	0.0	7.2	0.0
倉敷) コーラM									18	0.0	0.0	4.5	0.0
倉敷) コーラL									21	0.0	0.0	5.5	0.0
倉敷) ジンジャーエールM									14	0.0	0.0	3.5	0.0
倉敷) ジンジャーエールL									16	0.0	0.0	4.1	0.0
倉敷) 烏龍茶M									0	0.0	0.0	0.0	0.0
倉敷) 烏龍茶L									0	0.0	0.0	0.0	0.0

※アレルギー表示項目は、食品表示法にて表示が義務付けられている8品目と、表示を推奨されている20品目について表示しております。

※法令で表示義務とされている食品8品目  
卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに、くるみ

※表示を奨励されている食品20品目  
大豆、あわび、いか、いくら、さけ、さば、さば、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、オレンジ、キウイフルーツ、桃、りんご、やまいも、バナナ、ごま、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ

※アレルギー表示とは別枠に、「はちみつ」を使用しているメニューが分かるように追加しています。

※カロリー、栄養成分の計算は「日本食品標準成分表」に基づき、各食材のカロリー、栄養成分の合計により表示を行っております。調理条件によって異なる場合もございますので目安としてください。

※商品の改良・規格変更に伴い、予告無く使用原材料を変更する場合がございます。情報は随時変更しておりますのでご確認ください。

※アレルギーについてのご相談は、各店舗にて対応させていただきますので、お気軽にお問合せください。