



食品衛生法に基づき、下記について表示をしております

アレルギーを含む商品「○」、原材料にコンタミの可能性があるものは「▲」を表示しております。詳細についてはアレルギーTOPページをご確認ください。

栄養成分値は日本食品標準成分表による数値および、検査機関での分析値を元に算出してしております。

※食物繊維に関しまして、製品規格書に数値の記載のあるもののみを計上して算出してしております。

※特定原材料に準ずる品目の「アーモンド」について、開示の準備を進めておりますが、未だ確認出来ない製品があるため、

製品規格書にてアレルギーが確認出来たもののみ「アーモンドが含まれております」とメニュー名に記載しております。

卓上のタレをかけた場合の栄養成分はこちらに表示しておりません。あらかじめご了承ください。

★該当アレルギーを含む商品として「○」表記のあるものから、下記のように注釈を入れております。

〈小麦アレルギー由来原料〉

小麦⇒小麦製品を由来原料とするもの(小麦たんぱく加水分解物を含む)

調味料⇒醤油、味噌などを由来原料とするもの

〈ごまアレルギー由来原料〉

いり胡麻⇒いり胡麻などを由来原料とするもの

ごま油⇒ごま油を由来原料とするもの

※店舗によりメニュー、原材料が異なる場合がございます。また、同一メニューであっても原材料は都合により変わることがあります。ご利用の際は最新のものをご確認くださいませようお願いします。

メニュー名	栄養成分値						特定原材料										特定原材料に準ずる品目																	
	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	食塩相当量	卵	小麦	※小麦由来原料	乳	えび	かに	そば	落花生	くるみ	Cナッツ	大豆	鶏肉	豚肉	牛肉	あわび	いか	さば	鮭	イクラ	山芋	オレシ	キウイ	桃	りんご	バナナ	セラチン	ごま	※ごま由来原料
	g	g	g	g	g	g																												

★下記メニューの表記は、セットのごはん・スープ・キムチ・小鉢・ミニサラダ・デザート等を含んだものになります。セットメニュー詳細は下部に記載しております。

ベストセクション (ごはん、スープ、小鉢2種、デザート付)																																					
七輪房カルビ&ロースランチ(80g)	791	21.5	36.8	96.6	2.2	3.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
七輪房カルビ&ロースランチ(120g)	970	27.9	53.1	99.2	2.3	4.4	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
七輪房カルビランチ(80g)	869	19.1	45.9	96.5	2.2	3.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
七輪房カルビランチ(120g)	1,087	24.2	66.8	99.1	2.3	4.4	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
七輪房ロースランチ(80g)	713	23.9	27.7	96.6	2.2	3.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
七輪房ロースランチ(120g)	853	31.6	39.5	99.2	2.3	4.4	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
牛タンランチ(80g)	691	19.3	29.6	92.2	1.8	3.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
牛タンランチ(120g)	818	24.6	42.3	92.2	1.8	4.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
牛ハラミランチ(100g)	818	24.1	39.3	97.1	2.0	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
牛ハラミランチ(160g)	1,050	33.5	60.3	101.0	2.1	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
炙りミズナランチ(100g)	668	28.9	19.8	96.9	2.0	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
炙りミズナランチ(160g)	810	41.2	29.1	100.7	2.1	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
山形豚カルビランチ(100g)	927	22.7	52.1	96.7	2.0	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
山形豚カルビランチ(200g)	1,424	36.8	100.0	102.9	2.1	5.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
ホルモンミックスランチ(100g)	647	25.7	18.5	96.9	1.9	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
ホルモンミックスランチ(160g)	790	34.9	29.1	101.0	1.9	5.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
【店舗限定】炭火香味焼き味噌牛タンランチ	851	23.0	43.6	98.1	2.0	4.4	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
【店舗限定】石焼焼肉ランチ(豚しゃぶ)	1,000	40.7	45.0	112.0	4.2	6.9	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
【店舗限定】石焼焼肉ランチ(黒毛和牛)	1,365	27.7	95.6	111.8	4.2	6.9	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ランチ (ごはん、スープ、小鉢2種、デザート付)																																					
まる得ランチ(100g)	884	23.3	46.5	96.8	1.9	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ランチ(160g)	1,156	32.2	72.0	100.5	2.0	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ロースランチ(100g)	732	28.1	26.5	96.9	1.9	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ロースランチ(160g)	913	39.8	39.9	100.8	2.0	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得旨味ランチ(100g)	657	27.2	18.8	96.8	1.9	4.1	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得旨味ランチ(160g)	793	38.4	27.6	100.5	1.9	4.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ダブル豚ランチ(100g)	825	24.2	38.9	97.4	2.0	4.1	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ダブル豚ランチ(160g)	1,062	33.6	59.7	101.5	2.1	4.9	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
【店舗限定】国産旨み牛三昧セット	1,211	38.4	73.2	108.0	2.6	7.1	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
スペシャルランチ (ごはん、ユッケジャンスープ、小鉢2種、デザート付)																																					
新・まる得スペシャルランチ(100g)	1,305	43.6	80.1	106.9	3.7	7.9	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
新・まる得スペシャルランチ(160g)	1,577	52.4	105.6	110.6	3.8	8.6	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
ダブル豚スペシャルランチ(100g)	1,250	44.6	72.5	108.3	4.0	8.0	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
ダブル豚スペシャルランチ(160g)	1,487	54.0	93.3	112.4	4.1	8.8	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産鶏豚スペシャルランチ(100g)	1,164	46.9	64.1	103.7	3.7	7.8	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産鶏豚スペシャルランチ(160g)	1,352	57.7	79.9	105.6	3.7	8.5	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛・国産牛ランチ (ごはん、スープ、小鉢3種、サンチュセット、デザート付)																																					
黒毛和牛三昧セット	1,077	28.6	62.1	109.1	4.5	5.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産牛三昧セット	1,044	29.1	57.6	108.0	4.4	5.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻

メニュー名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	食塩相当量	卵	小麦	※小麦由来原料	乳	えび	かに	そば	落花生	くるみ	Cナッツ	大豆	鶏肉	豚肉	牛肉	あわび	いか	さば	鮭	イクラ	山手	オレシジ	キウイ	桃	りんご	バナナ	ゼラチン	ごま	※ごま由来原料	
黒毛和牛・国産牛ランチ (ごはん、スープ、小鉢3種、デザート付)																																			
黒毛和牛カルビランチ(80g)	927	19.1	52.0	102.0	3.6	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
黒毛和牛カルビランチ(120g)	1,156	23.8	75.2	104.5	3.6	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
黒毛和牛ロースランチ(80g)	719	26.5	24.4	102.4	3.6	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
黒毛和牛ロースランチ(120g)	844	34.9	33.8	105.1	3.6	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
国産牛ハラミランチ	783	22.2	33.9	103.1	3.8	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
和牛カルビ & 和牛ロースランチ(80g)	823	22.8	38.2	102.2	3.6	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
和牛カルビ & 和牛ロースランチ(120g)	1,000	29.3	54.5	104.8	3.6	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
和牛カルビ & 牛ハラミランチ(80g)	853	20.8	43.0	101.9	3.6	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
和牛カルビ & 牛ハラミランチ(120g)	1,045	26.2	61.6	104.4	3.7	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
和牛カルビ & 上タンランチ(80g)	830	20.0	41.7	100.6	4.1	4.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
和牛カルビ & 上タンランチ(120g)	1,008	25.0	59.6	101.9	4.1	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
【店舗限定】 本日の黒毛和牛希少部位盛合せランチ	857	35.4	33.9	109.5	6.0	3.9	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
特盛りランチ (ごはん、スープ、キムチ、特製味噌汁サンチュセット付)																																			
七輪房特盛りランチ	1,325	37.4	91.0	97.9	2.1	5.1	▲	○	小麦	▲	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
牛丼くし特盛りランチ	1,139	41.1	68.5	97.9	2.0	5.1	▲	○	小麦	▲	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
豚丼くし特盛りランチ	1,210	39.6	76.0	97.9	1.9	5.3	▲	○	小麦	▲	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
ヘルシーランチセット (選べるお肉、ミニピビンバ、チョレギサラダ、特製味噌汁サンチュセット、冷奴、スープ、デザート付)																																			
ヘルシーバランスセット ※お肉は下記の「選べるお肉」をご覧ください	666	22.6	34.7	74.5	5.7	6.6	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
▼選べるお肉																																			
七輪房カルビ	326	7.8	31.3	3.9	0.1	0.8	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
七輪房ロース	209	11.4	17.7	3.9	0.1	0.8	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
牛ハラミ	232	9.3	21.1	3.9	0.1	0.7	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
牛タン塩	197	8.0	19.1	1.6	0.0	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
和牛カルビ	343	7.0	34.7	3.8	0.1	0.7	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
和牛ロース	187	12.6	14.0	4.1	0.1	0.7	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
焼かないランチ (スープ、ミニサラダ、小鉢、デザート付)																																			
ランチ石焼ピビンバ	766	25.1	40.3	82.1	4.9	6.5	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
ランチ石焼ピビンバ(大盛り)	876	28.6	43.1	100.7	5.9	7.2	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
ランチピビンバ	595	19.0	24.7	81.7	4.9	6.5	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
ランチピビンバ(大盛り)	705	22.4	27.5	100.3	5.9	7.2	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
冷麺ランチセット	843	29.9	26.1	127.3	2.5	11.0	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
【店舗限定】お好み香味豚ランチ(ライス・スープ・キムチ・小鉢付)お肉は下記からお選びください																																			
お好み香味豚ランチ	430	8.6	4.1	90.5	1.8	2.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
【選べるお肉】下記から2品チョイス																																			
【店舗限定】さびまみれ山形豚カルビ	362	10.8	33.3	8.1	0.0	1.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
【店舗限定】さびまみれトントロ	352	11.6	30.0	8.1	0.0	1.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
【店舗限定】柚子胡椒ハラミ	162	13.0	11.2	2.4	0.0	2.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
【店舗限定】柚子胡椒豚カシラ	214	14.0	17.9	2.3	0.0	2.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
【店舗限定】柚子胡椒豚タン	174	12.8	13.1	2.3	0.0	2.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
【店舗限定】赤唐豚ホルモン	180	10.2	14.4	3.4	0.0	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	ごま油
【店舗限定】コチュジャン豚カツ	140	15.3	4.5	11.0	0.7	1.7	▲	○	小麦	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
【店舗限定】牛豚鶏三銃士																																			
牛豚鶏三銃士ランチ																																			
牛豚鶏三銃士ランチ150g	895	32.7	48.2	87.1	1.1	4.0	▲	○	調味料	▲	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
牛豚鶏三銃士ランチ300g	1,423	58.4	94.8	93.0	1.3	5.7	▲	○	調味料	▲	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻	
【店舗限定】ひとめぼれランチ																																			
ひとめぼれ和らぎランチ(160g)	1,111	38.3	58.8	112.9	3.7	7.3	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
ひとめぼれ和らぎランチ(240g)	1,424	52.3	85.8	117.8	3.7	8.3	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
ひとめぼれ旨みランチ(160g)	890	43.5	31.4	113.3	3.9	7.2	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
ひとめぼれ旨みランチ(240g)	1,092	60.2	44.7	118.4	4.0	8.2	▲	○	小麦	○	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
違い肉																																			
七輪房カルビ	326	7.8	31.3	3.9	0.1	0.8	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻	
七輪房ロース	209	11.4	17.7	3.9	0.1	0.8	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-</							

メニュー名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維量	食塩相当量	卵	小麦	※小麦由来原料	乳	えび	かに	そば	落花生	くるみ	Cナッツ	大豆	鶏肉	豚肉	牛肉	あわび	いか	さば	鮭	イクラ	山手	オレシジ	キウイ	桃	りんご	バナナ	ゼラチン	ごま	※ごま由来原料				
セットメニュー																																						
*ライス(中)	339	6.0	0.9	76.9	0.5	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
*ライス(大)	500	8.9	1.3	113.5	0.7	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
*ライス(小)	177	3.2	0.5	40.3	0.3	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
*ユッケジャンスープ	433	20.6	34.4	11.1	2.2	5.3	○	○	小麦	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	▲	○	-	▲	いり胡麻
*キムチ	17	0.7	0.0	3.3	0.0	0.8	▲	▲	-	▲	○	○	-	-	-	-	▲	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	▲	▲	○	-	▲	▲	-	▲	-
*ランチデザート	37	0.8	0.9	6.3	0.1	0.1	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
*わかめスープ	11	0.3	0.8	1.0	0.5	1.5	-	○	調味料	-	-	-	-	-	-	-	○	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	いり胡麻
*サンチュセット(味噌付き)	25	1.1	0.7	4.4	0.8	0.5	▲	○	小麦	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	▲	○	-	いり胡麻	
*もやしナムル	15	0.6	1.1	0.9	0.4	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	いり胡麻
*ほうれん草ナムル	22	1.4	1.5	1.3	1.2	0.5	-	○	調味料	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	いり胡麻
*ゼンマイナムル	58	1.0	3.0	6.7	0.1	0.9	-	○	小麦	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	いり胡麻
*人参ナムル	28	0.3	1.8	3.2	0.7	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	いり胡麻
*大根ナムル	12	0.1	0.0	3.2	0.3	0.4	-	○	小麦	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
*椎茸ナムル	28	1.1	2.2	3.3	2.1	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	いり胡麻
ランチ限定デザート																																						
キャラメル塩バニラ	105	1.4	4.8	14.0	0.2	0.2	▲	▲	-	○	-	-	▲	▲	▲	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ダブルチョコアイス ※アレルギーにアーモンドを含みます	111	1.7	6.3	12.1	0.5	0.0	▲	▲	-	○	-	-	○	○	▲	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
黒蜜抹茶アイス	88	1.4	3.3	13.4	0.2	0.0	-	-	-	○	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	▲	-



食品衛生法に基づき、下記について表示をしております

アレルギーを含む商品「○」、原材料にコンタミの可能性のあるものは「▲」を表示しております。詳細についてはアレルギーTOPページをご確認ください。

栄養成分値は日本食品標準成分表による数値および、検査機関での分析値を元に算出してしております。

※食物繊維に関しまして、製品規格書に数値の記載のあるもののみを計上して算出してしております。

※特定原材料に準ずる品目の「アーモンド」について、開示の準備を進めておりますが、未だ確認出来ない製品があるため、

製品規格書にてアレルギーが確認出来たもののみ「アーモンドが含まれております」とメニュー名に記載しております。

卓上のタレをかけた場合の栄養成分はこちらに表示しておりません。あらかじめご了承ください。

★該当アレルギーを含む商品として「○」表記のあるものから、下記のように注釈を入れております。

〈小麦アレルギー由来原料〉

小麦⇒小麦製品を由来原料とするもの(小麦たんぱく加水分解物を含む)

調味料⇒醤油、味噌などを由来原料とするもの

〈ごまアレルギー由来原料〉

いり胡麻⇒いり胡麻などを由来原料とするもの

ごま油⇒ごま油を由来原料とするもの

※店舗によりメニュー、原材料が異なる場合がございます。 また、同一メニューであっても原材料は都合により変わることがあります。ご利用の際は最新のものをご確認くださいませようお願いします。

メニュー名	栄養成分値						特定原材料										特定原材料に準ずる品目																
	kcal	g	g	g	g	g	卵	小麦	※小麦由来原料	乳	えび	かに	そば	落花生	くるみ	Cナッツ	大豆	鶏肉	豚肉	牛肉	いか	さば	鮭	イクラ	山芋	オレシ	キウイ	桃	りんご	バナナ	セラチン	ごま	※ごま由来原料
	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	食塩相当量																												

実施店舗 黒環八蒲田店

★下記メニューの表記は、セットのごはん・スープ・キムチ・小鉢・ミニサラダ・デザート等を含んだものになります。セットメニュー詳細は下部に記載しております。

まる得ランチ (ごはん、スープ、小鉢2種、デザート付)

まる得ランチ(100g)	884	23.3	46.5	96.8	1.9	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ランチ(160g)	1,155	32.2	72.0	100.5	2.0	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ロースランチ(100g)	732	28.1	26.5	96.9	1.9	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得ロースランチ(160g)	913	39.8	39.9	100.7	2.0	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得国産とり豚ランチ(100g)	792	27.0	34.4	96.7	2.0	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
まる得国産とり豚ランチランチ(160g)	1,010	38.1	52.6	100.4	2.1	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻

スペシャルランチ (ごはん、ユッケジャンスープ、小鉢2種、デザート付)

黒毛和牛国産牛スペシャルランチ(100g)	1,282	45.1	74.6	106.8	3.7	7.7	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛国産牛スペシャルランチ(160g)	1,514	55.0	97.2	110.7	3.8	8.4	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産ダブル豚スペシャルランチ(100g)	1,234	44.0	71.6	106.3	3.4	7.7	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産ダブル豚スペシャルランチ(160g)	1,469	53.2	92.4	110.0	3.5	8.4	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産とり豚スペシャルランチ(100g)	1,203	47.0	67.1	106.3	3.5	7.7	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産とり豚スペシャルランチ(160g)	1,420	58.0	85.2	110.0	3.6	8.4	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻

定番ランチ (ごはん、スープ、小鉢2種、デザート付)

国産牛味わい赤身ランチ(80g)	649	26.0	18.4	96.6	2.4	3.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産牛味わい赤身ランチ(120g)	756	34.4	25.5	99.3	2.5	4.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産牛上赤身ランチ(80g)	715	24.3	27.7	96.9	2.6	3.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産牛上赤身ランチ(120g)	855	31.9	39.5	99.5	2.7	4.4	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
牛ハラミランチ(80g)	746	21.5	32.3	96.9	2.6	3.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
牛ハラミランチ(120g)	901	27.7	46.4	99.5	2.7	4.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
山形豚カルビランチ(100g)	927	22.7	52.1	96.7	2.0	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
山形豚カルビランチ(200g)	1,424	36.8	100.0	102.9	2.1	5.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
ホルモンミックスランチ(100g)	647	25.7	18.5	96.9	1.9	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
ホルモンミックスランチ(160g)	790	34.9	29.1	101.0	1.9	5.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
上タン牛タンランチ(100g)	765	22.7	36.7	93.4	3.1	4.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
上タン牛タンランチ(160g)	956	30.7	55.7	93.5	3.1	4.6	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻

黒毛和牛・国産牛ランチ (ごはん、スープ、小鉢3種、デザート付)

黒毛和牛上カルビ & 上赤身ランチ(80g)	834	22.3	40.7	100.7	3.6	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛上カルビ & 上赤身ランチ(120g)	1,018	28.4	58.1	103.3	3.7	4.8	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛上カルビランチ(80g)	920	19.2	52.0	99.8	3.4	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛上カルビランチ(120g)	1,148	23.9	75.2	102.3	3.4	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛上赤身ランチ(80g)	712	26.6	24.4	100.2	3.4	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛上赤身ランチ(120g)	836	34.9	33.8	102.9	3.4	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
本日の希少部位ランチ(120g)	880	28.8	45.7	95.5	3.4	4.6	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
本日の希少部位ランチ(160g)	1,069	33.2	65.7	95.5	3.4	5.0	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛味わいカルビ & 上タンランチ(80g)	822	20.0	41.9	97.5	3.4	4.2	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛味わいカルビ & 上タンランチ(120g)	1,000	25.0	59.9	98.8	3.5	4.7	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛味わいカルビ & 牛ハラミランチ(80g)	389	11.4	37.3	6.2	0.8	0.9	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
黒毛和牛味わいカルビ & 牛ハラミランチ(120g)	580	16.8	55.8	8.8	0.8	1.4	▲	○	調味料	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻
国産牛ハラミランチ	776	22.4	33.9	100.8	3.6	4.3	▲	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻

メニュー名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維量	食塩相当量	卵	小麦	※小麦由来原料	乳	えび	かに	そば	落花生	くるみ	Cナッツ	大豆	鶏肉	豚肉	牛肉	あわび	いか	さば	鮭	イクラ	山手	オレンジ	キウイ	桃	りんご	バナナ	ゼラチン	ごま	※ごま由来原料		
特盛りランチ (ごはん、スープ、キムチ、特製味噌付サンチュセット付)																																				
七輪房特盛りランチ	1,325	37.4	91.0	97.9	2.1	5.1	▲	○	小麦	▲	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻		
牛尽くし特盛りランチ	1,139	41.1	68.5	97.9	2.0	5.1	▲	○	小麦	▲	○	○	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻		
豚尽くし特盛りランチ	1,210	39.6	76.0	97.9	1.9	5.3	▲	○	小麦	▲	○	○	-	-	-	-	○	▲	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻		
焼かないランチ (スープ、ミニサラダ、小鉢、デザート付)																																				
ランチ石焼ピザ	766	25.1	40.3	82.1	4.9	6.5	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻		
ランチピザ	595	19.0	24.7	81.7	4.9	6.5	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻		
冷麺ランチセット	487	17.1	10.3	80.2	0.4	8.4	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	○	○	いり胡麻		
ミニ冷麺&石焼ピザバラランチ	879	29.7	38.4	109.1	3.4	7.5	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	○	○	いり胡麻		
セットメニュー																																				
*ライス(中)	339	6.0	0.9	76.9	0.5	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
*ライス(大)	500	8.9	1.3	113.5	0.7	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
*ライス(小)	177	3.2	0.5	40.3	0.3	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
*ユッケジャンスープ	418	19.9	33.4	9.7	1.5	5.2	○	○	小麦	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	▲	いり胡麻		
*キムチ	17	0.7	0.0	3.3	0.0	0.8	▲	▲	-	▲	○	○	-	-	-	-	▲	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	▲	-		
*ランチデザート	37	0.8	0.9	6.3	0.1	0.1	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
*わかめスープ	11	0.3	0.8	1.0	0.5	1.5	-	○	調味料	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	いり胡麻	
*ランチサンチュ(味噌付き)	25	1.1	0.7	4.4	0.8	0.5	▲	○	小麦	▲	▲	▲	-	-	-	-	○	▲	▲	▲	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	▲	-	▲	○	いり胡麻		
ランチミニサラダ	3	0.3	0.1	0.6	0.5	0.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
*もやしナムル	15	0.6	1.1	0.9	0.4	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	いり胡麻	
*ほうれん草ナムル	22	1.4	1.5	1.3	1.2	0.5	-	○	調味料	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	いり胡麻
*ゼンマイナムル	58	1.0	3.0	6.7	0.1	0.9	-	○	小麦	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	いり胡麻
*人参ナムル	28	0.3	1.8	3.2	0.7	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	いり胡麻
*大根ナムル	12	0.1	0.0	3.2	0.3	0.4	-	○	小麦	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
*椎茸ナムル	28	1.1	2.2	3.3	2.1	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	○	いり胡麻
ランチ限定デザート																																				
キャラメル塩バニラ	105	1.4	4.8	14.0	0.2	0.2	▲	▲	-	○	-	-	-	▲	▲	▲	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
ダブルチョコアイス ※アレルゲンにアーモンドを含みます	111	1.7	6.3	12.1	0.5	0.0	▲	▲	-	○	-	-	-	○	○	▲	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
黒蜜抹茶アイス	88	1.4	3.3	13.4	0.2	0.0	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	○	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	▲	
定食																																				
【学生限定】焼肉もりもり定食(180g)	1,071	38.9	63.3	92.9	1.7	5.2	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻		
【学生限定】焼肉もりもり定食(240g)	1,295	49.3	83.1	95.9	1.8	6.0	○	○	小麦	○	○	○	-	-	-	-	○	○	○	○	-	▲	▲	▲	-	-	▲	-	▲	○	-	▲	○	いり胡麻		