

# メニュー全情報

1. 食べ残したお料理のお持ち帰りについて
2. メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

※ 当店で使用しているお米は、国産米を中心に、外国産をブレンドした米を使用しております。一部の店舗につきましては、国産米のみを使用しております。詳しくは店員までお問い合わせください。

原産地情報は随時変更があるため、HP内「食材の原産地情報」からご参照ください。

[https://www.yoshinoya.com/pdf/producing\\_area/](https://www.yoshinoya.com/pdf/producing_area/)

**吉野家**

**YOSHINOYA**

## 当店のお料理をお持ち帰りされるお客様へ

お料理のお持ち帰りは、お客様の責任においてお願い申し上げます。  
食品安全の観点から、以下の点ご理解をお願いいたします。

- ・ 気温が上昇する**6月～9月**はお持ち帰りをご遠慮いただいております。
- ・ 時間が経過することにより食中毒のリスクが高まります。
- ・ 帰宅までに時間がかかる場合のお持ち帰りはご遠慮ください。
- ・ お料理は**お客様ご自身でお詰めいただく**ようお願いいたします。  
※お詰めいただく前に**手洗い・手の除菌**をされることをおすすめいたします
- ・ **お持ち帰りは、加熱が十分にされているお料理**とさせていただきます。  
※店舗で未加熱のトッピングや付け合わせはできるだけ取り除いてください。  
※玉子、半熟玉子、とろろがかかったものは、お持ち帰りをご遠慮ください。
- ・ お持ち帰りいただいた料理は、すぐに**冷蔵庫**におしまいいただくか、**できるだけ速やかに**お召し上がりください。
- ・ **必ず中心まで十分に加熱**してお召し上がりください。
- ・ 電子レンジで加熱する場合は、**電子レンジに対応した別の容器**に移してください。
- ・ 少しでも怪しいと思ったら、口に入れるのはおやめください。

消費者庁、農林水産省、環境省、厚生労働省「飲食店等における「食べ残し」対策に取り組むに当たっての留意事項」参照

株式会社吉野家

2023.10.2

# メニュー別・栄養成分・アレルギー物質一覧

- 吉野家メニュー
- C&Cメニュー
- そば処メニュー
- 地域限定メニュー



店舗により、販売メニューが異なります。限定メニューはページ下部に記載しております。

1. 栄養成分値は、配合に基づいた推定値です。ひとつひとつ手作りしているため、実際の商品は数値に誤差がでる場合がございますのでご了承ください。
  2. 0.05g未満の含有量の場合でも「0.0」表記とさせて頂いておりますのでご了承下さい。
  3. アレルギー情報・栄養成分値にはお好みでお使いいただく調味料類は含まれておりません。調味料類は別に記載しております。
  4. アレルギー情報は商品の原材料を調べたものです。(○:原材料に含みます。 ▲:原材料「あさり」には『かに』が共生しています。 原材料「あおさ」は『えび』『かに』が混ざる漁法で採取されています。)
  5. 揚げ物は全て同じフライヤーで揚げています。その他、調理の過程において商品間・原材料間でのアレルギー物質の偶発的混入の可能性がございます。
  6. アレルギー物質に対する感受性は、個人により大きな差があります。このデータを参考に、最終的な判断は専門医に相談されることをおすすめします。
- ※ 詳細につきましては、お客様相談室(0120-69-5114)にお問い合わせください。

品名	単位	栄養成分 (1食当たり)					アレルギー物質																																
		熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	特定原材料(8品目)								特定原材料に準ずるもの(20品目)																								
							小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くすみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まっただけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド					
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くすみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まっただけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド					
井	牛丼	小盛 並盛 アタマの大盛 大盛 特盛 超特盛	489 633 725 838 1,022 1,174	15.6 19.6 23.0 25.0 33.8 41.0	19.6 23.6 28.8 29.0 44.2 57.0	64.6 88.2 96.6 123.2 126.0 128.3	1.9 2.5 2.8 3.1 4.0 4.7	○											○														○						
井	豚丼	小盛 並盛 アタマの大盛 大盛 特盛 超特盛	438 576 654 771 948 1,059	11.1 14.4 16.6 18.9 25.6 30.0	15.4 18.6 22.6 22.8 36.8 44.7	63.9 88.1 96.1 123.7 128.1 132.4	1.5 2.3 2.4 3.1 4.5 6.2	○											○																				
		ねぎ塩豚丼	小盛 並盛 アタマの大盛 大盛 特盛 超特盛	463 599 684 794 986 1,094	11.3 14.2 16.5 18.3 24.8 28.5	17.1 20.6 24.9 25.1 40.2 48.8	66.4 90.0 99.0 124.9 130.8 133.8	2.0 2.5 3.0 3.0 5.1 6.1	○											○																			
			ねぎ塩牛カルビ丼 (成型肉)	小盛 並盛 アタマの大盛 大盛 特盛 超特盛	544 698 839 948 1,184 1,352	17.2 21.4 27.0 28.7 39.3 46.9	24.5 29.7 39.0 39.2 58.4 72.4	64.4 87.6 96.1 122.0 126.0 128.0	2.0 2.5 3.1 3.1 5.0 6.1	○											○																		
		牛カルビ丼(成型肉)		小盛 並盛 アタマの大盛 大盛 特盛 超特盛	569 725 867 977 1,202 1,356	17.6 21.8 27.4 29.2 39.5 46.8	24.3 29.3 38.5 38.7 57.1 70.5	70.7 94.7 103.9 129.8 133.3 133.4	2.1 2.5 3.0 3.0 3.8 4.1	○											○																		
	新スタミナ超特盛丼 (成型肉) (マヨソース含む)			1,922	65.6	96.5	200.9	6.3	○												○																		
	鰻重			一枚盛 二枚盛	750 1,092	34.5 62.1	26.0 51.2	99.9 103.6	2.9 4.4	○	○										○																		
	牛すき丼		並盛 大盛	662 932	19.9 28.2	22.6 33.3	98.0 134.3	3.2 4.0	○	○										○																			
	共通メニュー	牛皿	並盛 大盛 特盛	281 344 532	13.5 16.6 25.6	22.9 28.0 43.3	5.2 6.5 9.9	1.8 2.3 3.5	○											○																			
			牛皿ファミリーパック	三人前 四人前	843 1,124	40.6 54.1	68.7 91.6	15.6 20.8	5.5 7.3	○											○																		
				並盛 大盛	232 465	8.9 17.8	17.9 35.8	6.5 13.1	2.3 4.5	○											○																		
豚皿		大盛 特盛	288 465	11.1 17.8	21.9 35.8	8.7 13.1	3.1 4.5	○											○																				
牛カルビ皿(成型肉)		大盛 特盛	493 877	21.4 29.2	37.7 38.7	14.8 129.8	3.0 3.0	○											○																				
ねぎ塩豚皿		大盛 特盛	310 464	10.5 21.0	24.2 38.2	9.9 7.0	3.0 3.1	○											○																				
ねぎ塩牛カルビ皿 (成型肉)		大盛 特盛	464 839	21.0 27.0	38.2 39.0	7.0 96.1	3.1 3.1	○											○																				
鰻皿		一枚盛 二枚盛 三枚盛	369 711 1,053	28.3 55.9 83.5	25.3 50.5 75.7	9.4 13.2 16.9	2.6 4.2 5.7	○											○																				
定食		牛鰻定食	大盛	685	31.8	25.0	88.0	4.0	○				▲	▲					○																				
		牛さば定食	大盛	738	26.6	28.5	88.0	3.8	○				▲	▲					○																				
		牛カルビ定食 (成型肉)	大盛	872	28.8	39.1	102.5	4.3	○				▲	▲					○																				
		ねぎ塩豚定食	大盛	689	17.9	25.5	97.6	4.4	○				▲	▲					○																				
		ねぎ塩牛カルビ定食 (成型肉)	大盛	844	28.4	39.6	94.7	4.4	○				▲	▲					○																				
		牛皿定食	並盛 大盛 特盛	719 783 970	26.4 29.5 38.5	29.3 34.4 49.6	89.5 90.7 94.2	3.3 3.8 5.0	○	○			▲	▲					○																				
		鰻重牛小鉢セット	一枚盛 二枚盛	928 1,270	43.2 70.8	38.5 63.7	107.7 111.4	6.1 7.6	○				▲	▲					○																				
	牛皿・牛カルビ定食(成型肉)	大盛	1,160	42.7	62.1	108.3	6.0	○				▲	▲					○																					
	牛皿・ねぎ塩豚定食	大盛	955	30.8	48.3	99.3	6.2	○				▲	▲					○																					
	牛皿・ねぎ塩牛カルビ定食 (成型肉)	大盛	1,129	42.2	62.3	100.5	6.2	○				▲	▲					○																					
朝定食	納豆定食	大盛	544	21.3	11.1	92.0	2.1	○		○		▲	▲					○																					
	焼魚定食(鮭)	大盛	501	23.3	9.8	84.8	2.7	○				▲	▲					○																					
	特朝定食(鮭)	大盛	676	37.2	19.6	92.1	3.4	○		○		▲	▲					○																					
	塩さば定食	大盛	554	18.1	13.2	84.8	2.5	○				▲	▲					○																					
	塩さば特朝定食	大盛	729	32.0	23.1	92.0	3.2	○		○		▲	▲					○																					
	朝牛セット	大盛	95	7.4	5.7	2.7	1.5	○		○		▲	▲					○																					
	半熟玉子セット	大盛	95	7.4	5.7	2.7	1.5	○		○		▲	▲					○																					
	お新香セット	大盛	36	1.9	1.0	5.0	2.2	○				▲	▲					○																					
一汁三菜朝定	ミニサラダセット	大盛	35	1.9	0.7	6.0	1.4	○				▲	▲					○																					
	納豆セット	大盛	120	9.0	5.2	9.6	1.9	○				▲	▲					○																					
	納豆牛小鉢定食	大盛	620	22.0	17.5	97.5	2.9	○				▲	▲					○																					
	焼魚牛小鉢定食	大盛	653	30.1	21.3	90.5	3.7	○				▲	▲					○																					
	塩さば牛小鉢定食	大盛	706	24.9	24.8	90.4	3.5	○				▲	▲					○																					





Main table containing menu items, nutritional components (Energy, Protein, Fat, Carbohydrate, Salt), and allergen information. The table is organized into categories like '地域限定メニュー' and 'アイコンアウト専門店'.

		栄養成分 (1食当たり)					アレルギー物質																																			
		熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	特定原材料(8品目)								特定原材料に準ずるもの(20品目)																											
							小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド								
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド								
							小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド								
							小麦	乳	卵	落花生	そば	えび	かに	くるみ	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	バナナ	もも	山芋	りんご	ごま	カシューナッツ	ゼラチン	アーモンド								
地域 限定 メニュー	沖縄 限定 メニュー	沖縄そば	315	11.2	13.1	36.3	4.1	○																																		
		タコライス (サルサソース)	678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○												○										○											
		タコライス (トマトソース)	681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○												○										○											
		ピフタコ (サルサソース)	861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○												○										○											
		ピフタコ (トマトソース)	865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○												○										○											
		激辛ソース	1パック	1	0.0	0.0	0.1	0.2																																		
		牛 す き	牛すき鍋膳	並盛	1,020	37.1	39.4	133.1	7.2	○	○											○																○				
				肉2倍盛	1,382	54.6	70.6	135.9	8.6	○	○												○																○			
			牛すき鍋膳 (単品)	並盛	673	31.5	38.6	50.9	6.9	○	○												○																	○		
				肉2倍盛	1,035	48.9	69.8	53.6	8.4	○	○												○																	○		
			牛すき丼	並盛	673	21.1	23.3	98.1	3.3	○	○												○																		○	
				大盛	943	29.3	34.0	134.4	4.1	○	○												○																		○	
		牛カレー鍋膳	並盛	942	32.2	39.3	119.4	7.0	○	○	○											○	○			○														○		
			肉2倍盛	1,303	49.7	70.5	122.2	8.5	○	○	○											○	○			○														○		
		牛カレー鍋膳 (単品)	並盛	594	26.6	38.5	37.2	6.8	○	○	○											○	○			○														○		
			肉2倍盛	956	44.0	69.8	39.9	8.2	○	○	○											○	○			○														○		
		ブルーシール パニラ	86	1.9	4.4	9.3	0.1		○															○																		
		ブルーシール チョコレート	スマイル	84	1.8	3.9	10.4	0.1		○														○																		
		ブルーシール シークワーサーソルベ	カップ	62	0.0	0.0	16.1	0.0																																		
		ブルーシール 紅イモ	1個	85	1.7	4.0	10.3	0.1		○															○																	
		ブルーシール グレープ		63	0.0	0.0	16.2	0.0																																		
		ブルーシール フレヤコーン		16	0.3	0.0	3.6	0.0	○															○																		
		ブルーシール パニラ		166	3.7	8.6	18.0	0.2		○																																
		ブルーシール チョコレート		162	3.5	7.5	20.0	0.2		○																																
		ブルーシール パニラ&クッキー		187	3.9	9.6	21.5	0.3	○	○														○																		
		ブルーシール プルーウェーブ		135	1.8	3.7	23.9	0.1		○																																
		ブルーシール サンフランシスコミントチョコ		188	3.7	10.5	19.6	0.2		○															○																	
		ブルーシール 紅イモ	シングル	163	3.4	7.7	19.8	0.2		○																																
ブルーシール ショコラクッキー&スワール		164	1.4	3.3	7.5	0.3	○	○															○																			
ブルーシール 塩ちんすこう		189	3.8	9.7	21.1	0.3	○	○													○				○																	
ブルーシール ストロベリー&チーズケーキ		171	3.5	8.3	20.4	0.2	○	○	○																																	
ブルーシール 至福のチョコナッツ&ストロベリー		165	3.7	8.6	19.1	0.2		○																															○			
ココ・コーラ	100ml	45	0.0	0.0	11.3	0.0																																				
さんびん茶	100ml	0	0.0	0.0	0.0	0.0																																				