

# 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。









		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	まいたけ	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	まいたけ	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																															
	ブルーシール バニラ	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 バニラ		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 バニラ&クッキー		187	3.9	9.6	21.5	0.3	○	○													○																
	ブルーシール ブルーウェーブ		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		○																													○	
コカ・コーラ	100ml	45	0.0	0.0	11.3	0.0																																
さんびん茶		0	0.0	0.0	0.0	0.0																																







NUTRITION・ALLERGEN LIST

Menu		NUTRITION (per serving)					ALLERGEN																																
		calorie (kcal)	protein (g)	fat (g)	carbohydrate (g)	salt equivalent (g)	Labelling is mandatory										Labelling is recommended																						
							Wheat	Milk	Egg	Peanut	Buckwheat	Shrimp	Crab	Walnut	Abalone	Squid	Salmon Roe	Orange	Kiwifruit	Beef	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Pork	Matsutake	Banana	Peach	Yam	Apple	Sesame	Cashew Nut	Gelatin	Almond					
O&C limited menu	Pork ginger rice bowl	M	806	31.5	27.6	108.0	5.6	○																															
		L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○																															
	Beef Bowl ON Vegetables	S	599	19.3	23.1	82.2	2.7	○																															
		M	732	23.1	24.8	104.1	3.1	○																															
		Beef L	835	26.6	32.2	114.2	3.5	○																															
		L	948	28.7	32.5	140.9	3.9	○																															
		XL	1,131	37.4	47.7	143.6	4.8	○																															
	Ginger pork roast Meal	M	806	31.6	27.6	108.0	5.6	○						▲	▲											○													
L		1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○						▲	▲											○														
Ginger pork roast Plate	M	429	23.9	26.2	20.8	4.4	○																		○														
	L	518	29.5	32.3	23.0	4.9	○																		○														
Beef & pork loin set ON Vegetables	M	1,072	44.3	50.4	109.7	7.4	○						▲	▲						○					○														
	L	73	2.1	3.3	9.7	0.8	○																																
Regional limited menu	Oyakodon	M	628	26.7	12.4	103.9	4.4	○	○	○															○	○													
		L	870	37.6	20.2	137.3	4.6	○	○	○															○	○													
	Beef barley and torodon	M	585	18.2	16.5	96.1	1.9	○																	○	○													
		L	798	24.6	24.5	126.6	2.4	○																	○	○													
	Beef Plate Barley Toro Gozen	Regular	703	24.2	24.8	101.1	4.2	○						▲	▲																								
		Double Meat	984	37.7	47.7	106.3	6.0	○						▲	▲																								
	grated yam		86	3.6	0.4	18.1	1.0	○																						○									
	BF&ShoyuTonkotsu HotPot Meal	Regular	1,022	35.8	48.3	115.7	7.5	○																		○	○												
		Double Meat	1,384	53.3	79.5	118.4	8.9	○																		○	○												
	BF&ShoyuTonkotsu HotPot(Only)	Regular	675	30.2	47.5	33.4	7.2	○																		○	○												
		Double Meat	1,037	47.6	78.7	36.2	8.7	○																		○	○												
	Okinawa limited	Okinawa soba		315	11.2	13.1	36.3	4.1	○																	○	○												
Taco rice (salsa sauce)			678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○																○	○													
Taco rice (tomato sauce)			681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○																○	○													
Beef & Taco rice (salsa sauce)			861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○																○	○													
Beef & Taco rice (tomato sauce)			865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○																○	○													
Extra-Spisy sauce	1pack	1	0.0	0.0	0.1	0.2	○																																





营养成分·过敏原 列表

菜单		营养成分 (每餐)					过敏原																														
		能量 (kcal)	蛋白质 (g)	脂肪量 (g)	碳水化合物量 (g)	食盐相当量 (g)	义务标示											建议标示																			
							小麦	牛奶	鸡蛋	花生	荞麦面	虾	螃蟹	核桃	鲍鱼	鱿鱼	鲑鱼卵	橙子	猕猴桃	牛肉	三文鱼	青花鱼	大豆	鸡肉	猪肉	松蘑	香蕉	桃子	山药	苹果	芝麻	腰果	明胶	杏仁			
C & C 限定菜单	猪肉姜烤碗	M	806	31.5	27.6	108.0	5.6	○																													
		L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○																													
		S	599	19.3	23.1	82.2	2.7	○																													
	ON蔬菜牛肉碗	M	732	23.1	24.8	104.1	3.1	○																													
		Beef L	835	26.6	32.2	114.2	3.5	○																													
		L	948	28.7	32.5	140.9	3.9	○																													
		XL	1,131	37.4	47.7	143.6	4.8	○																													
		XXL	1,284	44.7	60.4	145.9	5.5	○																													
			M	806	31.6	27.6	108.0	5.6	○																												
	姜烧猪瘦肉套餐	L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○																													
姜烧猪瘦肉碟	M	429	23.9	26.2	20.8	4.4	○																														
	L	518	29.5	32.3	23.0	4.9	○																														
牛肉盘 猪里脊烤套餐		1,072	44.3	50.4	109.7	7.4	○																														
ON蔬菜		73	2.1	3.3	9.7	0.8	○																														
区域 限定菜单	亲子丼	M	628	26.7	12.4	103.9	4.4	○	○	○																											
		L	870	37.6	20.2	137.3	4.6	○	○	○																											
	牛肉大麦和 torodon	M	585	18.2	16.5	96.1	1.9	○																													
		L	798	24.6	24.5	126.6	2.4	○																													
	牛肉拼盘大麦Toro Gozen	M	703	24.2	24.8	101.1	4.2	○																													
		牛肉2倍加量	984	37.7	47.7	106.3	6.0	○																													
	磨碎的山药		86	3.6	0.4	18.1	1.0	○																													
	猪骨酱油牛肉锅套餐	M	1,022	35.8	48.3	115.7	7.5	○																													
		牛肉2倍加量	1,384	53.3	79.5	118.4	8.9	○																													
	猪骨酱油牛肉锅 (单品)	M	675	30.2	47.5	33.4	7.2	○																													
		牛肉2倍加量	1,037	47.6	78.7	36.2	8.7	○																													
	冲绳 限定菜单	冲绳荞麦面		315	11.2	13.1	36.3	4.1	○																												
塔可饭 (莎莎酱)			678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○																												
塔可饭 (番茄酱)			681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○																												
牛肉塔可饭 (莎莎酱)			861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○																												
牛肉塔可饭 (番茄酱)			865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○																												
超级辣酱		1	0.0	0.0	0.1	0.2																															







영양 성분·알레르기 유발물질 일람

메뉴	영양 성분 ( 한 끼 )					알레르기 유발물질																																	
	열량	단백질	지방	탄수화물	식량	의무표시									권장표시																								
						밀	우유	계란	땅콩	메밀	새우	게	호두	전복	오징어	연어	오렌지	키위	소고기	연어	고등어	콩팥	닭고기	돼지고기	송이	바나나	복숭아	참마	사과	깨	캐슈넛	젤라틴	아몬드						
(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)																																			
C & C 한정 메뉴	돼지생강 구이 덮밥	M	806	31.5	27.6	108.0	5.6	○																															
		L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○																															
	소동 ON 야채	S	599	19.3	23.1	82.2	2.7	○																															
		M	732	23.1	24.8	104.1	3.1	○																															
		Beef L	835	26.6	32.2	114.2	3.5	○																															
		L	948	28.7	32.5	140.9	3.9	○																															
		XL	1,131	37.4	47.7	143.6	4.8	○																															
		XXL	1,284	44.7	60.4	145.9	5.5	○																															
	생강 돼지 로스 정식	M	806	31.6	27.6	108.0	5.6	○																															
	L	1,035	39.4	33.9	143.5	6.1	○																																
돼지 생강 구이	M	429	23.9	26.2	20.8	4.4	○																																
	L	518	29.5	32.3	23.0	4.9	○																																
쇠고기 돼지 로스 정식		1,072	44.3	50.4	109.7	7.4	○																																
ON 야채		73	2.1	3.3	9.7	0.8	○																																
지역 한정 메뉴	부모와 자식	M	628	26.7	12.4	103.9	4.4	○	○	○																													
		L	870	37.6	20.2	137.3	4.6	○	○	○																													
	쇠고기 토로 덮밥	M	585	18.2	16.5	96.1	1.9	○																															
		L	798	24.6	24.5	126.6	2.4	○																															
	쇠고기 접시 밀과 겨우	M	703	24.2	24.8	101.1	4.2	○																															
		고기 2배	984	37.7	47.7	106.3	6.0	○																															
	토로로		86	3.6	0.4	18.1	1.0																																
	돈코츠간장소고기전골 밥상	M	1,022	35.8	48.3	115.7	7.5	○																															
		고기 2배	1,384	53.3	79.5	118.4	8.9	○																															
	돈코츠간장소고기전골 밥상 (단품)	M	675	30.2	47.5	33.4	7.2	○																															
		고기 2배	1,037	47.6	78.7	36.2	8.7	○																															
	오키나와 소바		315	11.2	13.1	36.3	4.1	○																															
	타코라이스(살사 소스)		678	27.4	21.5	97.4	2.1	○	○																														
타코라이스(토마토 소스)		681	27.3	21.5	98.4	2.3	○	○																															
쇠고기 타코라이스(살사 소스)		861	36.1	36.8	100.1	3.0	○	○																															
쇠고기 타코라이스(토마토 소스)		865	36.1	36.7	101.1	3.2	○	○																															
매운 소스		1	0.0	0.0	0.1	0.2																																	