おらが蕎麦　メニュー別アレルギー一覧表

※店舗・地域によっては販売していないメニューがあります。

	メニュー名	カロリー(kcal)	塩分(g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ
冷そば	ざるそば	609	3.7	●	●						
	冷しぶっかけそば	690	3.8	●	●						
	冷しきつねそば	858	5.3	●	●						
	冷し温玉そば	722	3.9	●	●	●					
	冷しとろろそば	729	3.8	●	●						
	ちくわ天おろしそば	864	5.1	●	●	●			●	●	
	旨辛牛肉そば	1022	5.7	●	●	●					
	旨辛牛肉そば(特盛)	1478	8.5	●	●	●					
	冷し鶏天そば	916	4.2	●	●						
	冷し鶏天そば(特盛)	1388	6.3	●	●						
	ちょいそば	215	1.6	●	●						
	海老天ざるそば	892	5.5	●	●				●		
	冷しごぼう天そば	737	4.0	●	●	●					
温そば	かけそば	685	6.5	●	●						
	きつねそば	782	8.0	●	●						
	温玉そば	720	6.7	●	●	●					
	温とろろそば	651	6.4	●	●						
	ちくわ天そば	847	7.8	●	●	●			●	●	
	鶏天そば	899	6.9	●	●						
	鶏天そば(特盛)	1342	7.2	●	●						
	海老天ぷらそば	878	7.3	●	●				●		
	ごぼう天そば	724	6.7	●	●						
	ちょいそば(温)	259	3.9	●	●						
	ぼっかけそば	590	7.4	●	●						
	ぼっかけちょいそば	301	4.3	●	●						
オプション	中盛	270	0.0	●	●						
	大盛	609	3.7	●	●						
	追加ざる(1玉)	600	3.6	●	●						

	メニュー名	カロリー(kcal)	塩分(g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	くるみ
ご飯もの	牛とろろご飯	371	1.0	●							
	しらすご飯	295	2.9	●					●	●	
	おでん出汁のお茶漬け	286	1.5	●							
	白ご飯	327	0.3								
	かつ丼	629	2.8	●		●	●				
	ねぎとろ丼	321	1.8	●							
	鶏天丼	626	2.5	●		●					
定食	かつ丼定食(かけそば)	1314	9.4	●	●	●	●				
	かつ丼定食(ざるそば)	1239	6.5	●	●	●	●				
	ねぎとろ丼定食(かけそば)	1006	8.3	●	●						
	ねぎとろ丼定食(ざるそば)	931	5.5	●	●						
	鶏天丼定食(かけそば)	1311	9.0	●	●	●					
	鶏天丼定食(ざるそば)	1236	6.2	●	●	●					

作成日：2026年5月

ご注意

一覧表をご覧の際は、以下の事項をご理解の上、ご利用いただきますようお願い申し上げます。

- **揚げ物に使用している油は、えびも同じ油で揚げています。**
- アレルギー情報は、特定原材料8品（小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ）について表示しています。
- アレルギー物質は原材料を調べたものです。調理の過程においてアレルギー物質の二次混入をすべて防止することはできません。
- カロリー、塩分は使用原材料の弊社規格値及び日本食品成分表を元に計算しておりますが、手作りですので、調理工程や盛り付け等により若干変動いたします。
- お好みでご使用いただくわさびの数値は含みません。
- このデータはあくまでも目安としてご覧いただき、最終的な判断は専門医に相談されるようお願い申し上げます。