

小諸そば メニュー別エネルギー・アレルギー一覧表

表をご覧頂く際の注意点

- ※カロリー数値は原則として5訂食品成分表に基づいて試算した数値を記載しております。
- ※カロリー数値はレシピに基づいた標準値です。実際の商品は数値に誤差が出る場合がありますのでご了承ください。
- ※アレルギー情報は、商品の原材料調査に基づいたものです。本来その商品に使用しない材料が、製造工場や店舗での調理時に付着・混入する可能性があります。
- ※店舗では、そばと同じ釜にてうどんを茹でております。そばアレルギーの方はご注意ください。

【品名】	【種類】	【エネルギー(kcal)】	【栄養成分】			【アレルギー物質】																																
			たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分相当量(g)	そば	小麦	乳	卵	落花生	えび	かに	あわび	イカ	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ	鮭	さば	大豆	鶏肉	豚肉	松茸	ナッツ	アーモンド	ごま	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ					
そば・うどん	かけ	330	12.4	2.2	3.2	●	●														●	●																
	もり	282	7.5	1.1	4.1		●														●	●																
	ざる	309	13.0	2.3	2.5	●	●														●	●																
	二枚もり	830	23.8	4.4	4.0	●	●														●	●																
かき揚げ	そば	570	18.5	8.2	3.3	●	●				●										●	●																
	うどん	522	13.6	7.1	4.2		●				●										●	●																
	せいろ	550	17.2	8.1	3.6	●	●				●										●	●																
	うどんせいろ	523	13.1	6.9	4.4		●				●										●	●																
かき揚げ玉子	そば	661	25.9	14.4	3.3	●	●				●										●	●																
	うどん	613	21.0	15.3	4.2		●				●										●	●																
	せいろ	641	24.6	14.3	3.6	●	●				●										●	●																
	うどんせいろ	614	20.5	13.1	4.4		●				●										●	●																
いか天	そば	396	16.6	6.1	3.3	●	●				●										●	●																
	うどん	348	11.7	5.0	4.2		●				●										●	●																
	せいろ	376	15.3	6.0	3.6	●	●				●										●	●																
	うどんせいろ	349	11.2	4.8	4.4		●				●										●	●																
えび天	そば	460	24.9	8.3	3.4	●	●				●										●	●																
	うどん	412	20.0	7.2	4.3		●				●										●	●																
	せいろ	440	23.6	8.2	3.7	●	●				●										●	●																
	うどんせいろ	413	19.5	7.0	4.5		●				●										●	●																
鳥から	そば	580	25.9	19.5	3.4	●	●				●										●	●																
	うどん	532	21.0	18.4	4.3		●				●										●	●																
	せいろ	560	24.6	19.4	3.7	●	●				●										●	●																
	うどんせいろ	533	20.5	18.2	4.5		●				●										●	●																
たぬき	そば	475	15.4	7.8	3.8	●	●				●										●	●																
	うどん	421	10.5	6.7	4.2		●				●										●	●																
	冷しそば	470	15.2	7.9	4.0	●	●				●										●	●																
	冷しうどん	443	11.1	6.7	4.1		●				●										●	●																
二枚冷したぬき	そば	760	11.8	10.1	4.0	●	●				●										●	●																
	うどん	706	17.6	7.7	4.9		●				●										●	●																
	冷しそば	760	11.8	10.1	4.0	●	●				●										●	●																
	冷しうどん	706	17.6	7.7	4.9		●				●										●	●																
きつね	そば	453	18.8	12.2	3.3	●	●				●										●	●																
	うどん	405	13.9	11.1	4.2		●				●										●	●																
	冷しそば	448	18.6	12.3	4.0	●	●				●										●	●																
	冷しうどん	421	14.5	11.1	4.1		●				●										●	●																
二枚冷しきつね	そば	730	29.2	14.5	4.0	●	●				●										●	●																
	うどん	684	21.0	26.6	4.9		●				●										●	●																
	冷しそば	730	29.2	14.5	4.0	●	●				●										●	●																
	冷しうどん	684	21.0	26.6	4.9		●				●										●	●																
月見	そば	492	24.7	13.4	3.5	●	●				●										●	●																
	うどん	444	19.8	12.3	4.4		●				●										●	●																
山かけ	そば	388	15.6	3.8	3.3	●	●				●										●	●																
	うどん	340	10.7	2.7	4.2		●				●										●	●																
	せいろ	369	15.4	3.8	3.3	●	●				●										●	●																
	うどんせいろ	324	11.3	2.6	4.1		●				●										●	●																
おろしせいろ	そば	349	14.3	3.6	3.3	●	●				●										●	●																
	うどん	322	10.2	2.4	4.1		●				●										●	●																
	冷しそば	349	14.3	3.6	3.3	●	●				●										●	●																
	冷しうどん	322	10.2	2.4	4.1		●				●										●	●																
月夜のばかしそば	そば	611	19.0	22.2	3.5	●	●				●										●	●																
	うどん	561	14.0	21.3	4.3		●				●										●	●																
	冷しそば	612	19.1	22.3	3.6	●	●																															