# おひつごはん四六時中のアレルゲン一覧　《デリバリー》

2026年10月21日現在

【注意事項とお願い】
1. 当店のすべての「ごはん」は押し麦（大麦）を配合しております。
2. 似ているメニュー名がございますのでご注意ください。
3. 全ての料理を同一の調理器具、調理機器等で調理してご提供しております。コンタミネーションがあることをご了承ください。
   例、まな板・包丁が同一、トング・菜ばしが同一、ゆで麺機のお湯（うどん・そば・ラーメン）が同一、揚げ油（天ぷら、フライ類ほか）が同一など
4. 本アレルゲン一覧につきまして、使用しております食材・調味料・添加物などに含まれているもののみを表示しております。
   上記記載の厨房内の状況をご理解頂き、重篤なアレルギーをお持ちのお客さまは、ご注意いただけますようお願いいたします。
5. メニューの中の一部食材だけを除くことはいたしかねますことをご了承いただけますようお願いいたします。
6. 本アレルゲン一覧は「特定原材料9品」「特定原材料に準ずるもの20品」「その他の品目（魚介類）」のみのご案内となります。
   その他の食材に関してのお問い合わせにはお答えいたしかねますことをご了承いただけますようお願いいたします。
7. 使用しております「しらす」はえび、いか、かに、さばの子等が混ざる漁法で捕獲しております。
8. 使用しております「牡蠣」はえび、かに等が混ざる可能性があります。
9. 店舗により、取り扱いのない商品もございます。

【メニュー内容について】
注1. 選べるたれは含まれておりません。各々のアレルゲン、エネルギー量、食塩相当量は以下の通りです。
（店舗により、取り扱いのないたれもございます。）
おひつのたれ（10ccあたり）　アレルゲン：小麦・大豆　エネルギー量：8kcal　食塩相当量：0.7g
ゆず塩たれ（10ccあたり）　アレルゲン：大豆・ごま　エネルギー量：7kcal　食塩相当量：0.2g
海老みそソース（10ccあたり）　アレルゲン：小麦・えび・大豆・鶏肉・豚肉　エネルギー量：8kcal　食塩相当量：0.7g
バジルチーズ（10ccあたり）　アレルゲン：卵・乳・大豆・りんご　エネルギー量：51kcal　食塩相当量：0.4g
醤油（10ccあたり）　アレルゲン：小麦・大豆　エネルギー量：7kcal　食塩相当量：1.5g
注2. ごはん量大盛は151kcal加算してください。

| メニュー名 | エネルギー | 食塩相当量 | 卵 | 乳 | 小麦 | くるみ | エビ | カニ | カシューナッツ | そば | 落花生 | アレルゲン（特定原材料に準ずる20品）・魚介類 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 【だし茶漬け弁当】 | | | | | | | | | | | | |
| 穴子おひつ弁当 | 609kcal | 2.5 g | ● | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| いか海老明太おひつ弁当　※注1 | 525kcal | 2.4 g | | | ● | | ● | | | | | いか,大豆,鶏肉 |
| いくらおひつ弁当　※注1 | 645kcal | 3.3 g | | | ● | | | | | | | いくら,さば,大豆,鶏肉 |
| イタヤ貝バター醤油おひつ弁当 | 653kcal | 3.3 g | | ● | ● | | | | | | | さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 薄切り牛カルビおひつ弁当 | 884kcal | 3.9 g | | | ● | | | | | | | 牛肉,ごま,大豆,鶏肉,もも,りんご |
| うなぎおひつ弁当 | 855kcal | 4.4 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 出汁茶漬け海鮮天ぷらおひつ弁当 | 780kcal | 4.1 g | | ● | ● | | ● | | | | | いか,さば,大豆,鶏肉 |
| 海鮮にぎわいおひつ弁当　※注1 | 620kcal | 1.9 g | | | ● | | ● | ● | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| かき揚げおひつ弁当 | 816kcal | 2.5 g | | | ● | | ● | | | | | いか,さば,大豆,鶏肉 |
| 紀州梅と瀬戸内産しらすおひつ弁当　※注1 | 486kcal | 4.5 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 極み！四六彩りおひつ弁当　※注1 | 616kcal | 2.2 g | ● | | ● | | ● | | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| サーモンおひつ弁当　※注1 | 683kcal | 1.2 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| サーモンアボカドおひつごはん弁当　※注1 | 666kcal | 1.4 g | | | ● | | | | | | | さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| サーモンいくらおひつ弁当　※注1 | 615kcal | 1.6 g | | | ● | | | | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| サーモンまぐろおひつ弁当　※注1 | 689kcal | 1.7 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| 四六彩りおひつ弁当　※注1 | 569kcal | 2.0 g | ● | | ● | | ● | | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| ずわい蟹おひつ弁当　※注1 | 487kcal | 1.7 g | | | ● | | | ● | | | | いくら,さば,大豆,鶏肉 |
| 大豆ミートおひつ弁当 | 559kcal | 2.6 g | | | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉 |
| 鶏の炭火焼きおひつ弁当 | 712kcal | 4.5 g | ● | ● | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 豚キムチおひつ弁当 | 984kcal | 3.6 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉,豚肉 |
| 北海おひつ弁当　※注1 | 610kcal | 1.5 g | | | ● | | | ● | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| まぐろおひつ弁当　※注1 | 633kcal | 2.4 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| まぐろアボカドおひつ弁当　※注1 | 558kcal | 2.1 g | | | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |
| まぐろたたきおひつ弁当　※注1 | 650kcal | 2.3 g | ● | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！いか海老明太おひつ弁当　※注1 | 625kcal | 3.7 g | | | ● | | ● | | | | | いか,大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！薄切り牛カルビおひつ弁当 | 1299kcal | 4.7 g | | | ● | | | | | | | 牛肉,ごま,大豆,鶏肉,もも,りんご |
| 満足盛り！サーモンおひつ弁当　※注1 | 941kcal | 1.4 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！サーモンアボカドおひつ弁当　※注1 | 906kcal | 1.7 g | | | ● | | | | | | | さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！サーモンいくらおひつ弁当　※注1 | 805kcal | 2.1 g | | | ● | | | | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！サーモンまぐろおひつ弁当　※注1 | 954kcal | 2.2 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！四六彩りおひつ弁当　※注1 | 714kcal | 2.9 g | ● | | ● | | ● | | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！鶏の炭火焼きおひつ弁当 | 983kcal | 7.1 g | ● | ● | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！豚キムチおひつ弁当 | 1525kcal | 6.1 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉,豚肉 |
| 満足盛り！北海おひつ弁当　※注1 | 795kcal | 1.8 g | | | ● | | | ● | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！まぐろおひつ弁当　※注1 | 841kcal | 3.8 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 満足盛り！まぐろアボカドおひつ弁当　※注1 | 691kcal | 3.1 g | | | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |
| 【だし茶漬け弁当　具材】 | | | | | | | | | | | | |
| 具材）穴子単品 | 202kcal | 2.5 g | ● | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 具材）いか海老明太単品　※注1 | 117kcal | 2.4 g | | | ● | | ● | | | | | いか,大豆,鶏肉 |
| 具材）いくら単品　※注1 | 237kcal | 3.3 g | | | ● | | | | | | | いくら,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材）イタヤ貝バター醤油単品 | 245kcal | 3.3 g | | ● | ● | | | | | | | さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材）薄切り牛カルビ単品 | 477kcal | 3.9 g | | | ● | | | | | | | 牛肉,ごま,大豆,鶏肉,もも,りんご |
| 具材）うなぎ単品 | 447kcal | 4.4 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |

| メニュー名 | エネルギー | 食塩相当量 | 卵 | 乳 | 小麦 | くるみ | エビ | カニ | カシューナッツ | そば | 落花生 | アレルゲン(特定原材料に準ずる20品)・魚介類 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 具材)海鮮天ぷら単品 | 373kcal | 4.1 g | | ● | ● | | ● | | | | | いか,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)海鮮にぎわい単品　※注1 | 213kcal | 1.9 g | | | ● | | ● | ● | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)かき揚げ単品 | 408kcal | 2.5 g | | | ● | | ● | | | | | いか,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)紀州梅と瀬戸内産しらす単品　※注1 | 78kcal | 4.5 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 具材)極み！四六彩り単品　※注1 | 208kcal | 2.2 g | ● | | ● | | ● | | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)サーモンアボカド単品　※注1 | 258kcal | 1.4 g | | | ● | | | | | | | さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)サーモンいくら単品　※注1 | 208kcal | 1.6 g | | | ● | | | | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)サーモン単品　※注1 | 275kcal | 1.2 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| 具材)サーモンまぐろ単品　※注1 | 282kcal | 1.7 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| 具材)四六彩り単品　※注1 | 162kcal | 2.0 g | ● | | ● | | ● | | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)ずわい蟹単品　※注1 | 80kcal | 1.7 g | | | ● | | | ● | | | | いくら,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)大豆ミート単品 | 151kcal | 2.6 g | | | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉 |
| 具材)鶏の炭火焼き単品 | 305kcal | 4.5 g | ● | ● | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 具材)豚キムチ単品 | 577kcal | 3.6 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉,豚肉 |
| 具材)北海単品　※注1 | 202kcal | 1.5 g | | | ● | | | ● | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)まぐろ単品　※注1 | 225kcal | 2.4 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 具材)まぐろアボカド単品　※注1 | 151kcal | 2.1 g | | | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)まぐろたたき単品　※注1 | 242kcal | 2.3 g | ● | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！いか海老明太単品　※注1 | 218kcal | 3.7 g | | | ● | | ● | | | | | いか,大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！薄切り牛カルビ単品 | 891kcal | 4.7 g | | | ● | | | | | | | 牛肉,ごま,大豆,鶏肉,もも,りんご |
| 具材)満足盛り！サーモン単品　※注1 | 533kcal | 1.3 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！サーモンアボカド単品　※注1 | 499kcal | 1.7 g | | | ● | | | | | | | さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！サーモンいくら単品　※注1 | 398kcal | 2.1 g | | | ● | | | | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！サーモンまぐろ単品　※注1 | 546kcal | 2.2 g | | | ● | | | | | | | さけ,大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！四六彩り単品　※注1 | 306kcal | 2.9 g | ● | | ● | | ● | | | | | いか,いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！鶏の炭火焼き単品 | 575kcal | 7.1 g | ● | ● | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！豚キムチ単品 | 1118kcal | 6.1 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉,豚肉 |
| 具材)満足盛り！北海単品　※注1 | 387kcal | 1.8 g | | | ● | | | ● | | | | いくら,さけ,さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！まぐろ単品　※注1 | 433kcal | 3.8 g | | | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉 |
| 具材)満足盛り！まぐろアボカド単品　※注1 | 284kcal | 3.1 g | | | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |
| 【和弁当】 | | | | | | | | | | | | |
| ごろごろ野菜と助宗鱈の黒酢和え弁当 | 818kcal | 5.3 g | | | ● | | | | | | | ごま,大豆 |
| ごろごろ野菜と鶏の黒酢和え弁当 | 813kcal | 6.0 g | | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| たっぷり特製タルタルの鶏南蛮弁当 | 971kcal | 6.2 g | ● | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| 鶏の唐揚げ弁当 | 943kcal | 4.1 g | ● | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| 【単品】ごろごろ野菜と助宗鱈の黒酢和え | 411kcal | 5.3 g | | | ● | | | | | | | ごま,大豆 |
| 【単品】ごろごろ野菜と鶏の黒酢和え | 406kcal | 6.0 g | | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| 【単品】たっぷり特製タルタルの鶏南蛮 | 563kcal | 6.2 g | ● | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| 【単品】鶏の唐揚げ | 535kcal | 4.1 g | ● | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| 【サイド】 | | | | | | | | | | | | |
| いかのワイルドミックス唐揚げ | 353kcal | 1.8 g | ● | | ● | | | | | | | いか,ごま,大豆,鶏肉 |
| 鶏の唐揚げ3個 | 324kcal | 1.7 g | ● | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| フライドポテト | 644kcal | 4.8 g | ● | | ● | | | | | | | ごま,大豆 |
| てんこ盛り！いかのワイルドミックス唐揚げ | 1841kcal | 8.6 g | ● | | ● | | | | | | | いか,ごま,大豆,鶏肉 |
| てんこ盛り！鶏の唐揚げ | 1823kcal | 8.6 g | ● | ● | ● | | | | | | | ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| てんこ盛り！フライドポテト | 2483kcal | 18.6 g | ● | | ● | | | | | | | ごま,大豆 |
| オードブル | 1420kcal | 7.9 g | ● | ● | ● | | ● | | | | | いか,ごま,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| 海鮮天ぷら盛り合わせ | 639kcal | 2.5 g | | ● | ● | | ● | | | | | いか,ごま,さば,大豆 |
| 鶏天ぷら盛り合わせ | 679kcal | 3.3 g | | ● | ● | | | | | | | ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| ミックス天ぷら盛り合わせ | 614kcal | 2.6 g | | ● | ● | | ● | | | | | ごま,さば,大豆,鶏肉,豚肉,りんご |
| 【季節限定メニュー】 | | | | | | | | | | | | |
| ひとくち牡蠣フライおひつ弁当 | 822kcal | 3.7 g | ● | ● | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉,りんご |
| ひとくち浜ゆで牡蠣おひつ弁当 | 649kcal | 3.5 g | ● | ● | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |
| ひとくち浜ゆで牡蠣びっしりおひつ弁当 | 746kcal | 4.6 g | ● | ● | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)ひとくち牡蠣フライ単品 | 415kcal | 3.7 g | ● | ● | ● | | | | | | | 大豆,鶏肉,りんご |
| 具材)ひとくち浜ゆで牡蠣単品 | 241kcal | 3.5 g | ● | ● | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |
| 具材)ひとくち浜ゆで牡蠣びっしり単品 | 338kcal | 4.6 g | ● | ● | ● | | | | | | | さば,大豆,鶏肉 |