くら寿司アレルゲン・カロリー情報

快挙!!創設以来より全食材から四大添加物を除去。 ●化学調味料 ●合成着色料 ●人工甘味料 ●人工保存料

※特定原材料8種とそれに準じる原材料19種について記載しております。
※加工センター、店舗では多くの商品を扱っているため、意図せず他の食材が混入・付着する場合があります。
※この情報は商品の原材料に由来する物です。上記の事由により、ご提供時の状態を保証する物ではございません。
　特に重篤な症状の方や過敏な方は、お医者様にご相談の上、最終的にはお客様ご自身でご判断をお願いいたします。
※データは日々更新しております。リストは常に最新のものをご覧下さいませ。
※店舗によりお取り扱いのない商品がございます。

●印・・・アレルギー物質を含むもの
▲印・・・アレルギー物質を含む製品と同じラインで製造しているもの

2026年4月17日現在
定番寿司

品　名	一皿当りカロリー（kcal）	該当なし	卵	小麦	乳成分	落花生（ピーナッツ）	ソバ	えび	かに	クルミ	いか	いくら	さけ	さば	牛肉	鶏肉	豚肉	大豆	オレンジ	りんご	ゼラチン	バナナ	キウイ	山芋	モモ	ごま	あわび	カシューナッツ	松茸
赤えび（一貫）	46							●			▲		▲	▲														
赤貝	68	●																										
あじ	85										▲		▲	▲														
味玉	140		●	●				▲	▲					▲		▲	▲	●		●	▲							
あなご	94			●														●										
あぶりえびチーズ	97		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
あぶりえびマヨグラタン風	186		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
あぶりチーズサーモン	120		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
あぶりチーズ豚カルビ	146		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	●	●	●	●	▲	▲	▲	▲	●		▲	
甘えび	77							●	▲																				
甘えびマヨ	111		●	●				●	▲									●		●									
いか	73										●																		
いかおくら	87			●				▲	▲		●							●										
いか天にぎり	201		●	●	●	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
いくら	93		▲	●	▲			▲	▲			●						●											
活〆パンガシウス	75			●														●											
いなり	117			●										●				●											
イベリコ豚の大とろ	115			●													●	●											
うな玉	129		●	●				▲	▲									●											
うに入り海鮮軍艦	89		▲	●	▲			▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲					▲	▲		
旨だれ牛カルビ	102		●	●	●			▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	●	●	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲
旨だれサーモン	103			●				▲	▲		▲		●	▲				●		●						●			
旨だれまぐろ軍艦	107			●				▲	▲									●		●						●			
えび	74							●																					
えびアボカド	118		●	●				●										●		●									
えび天寿司	135		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えび天手巻き（一貫）	113		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えびマヨ	182		●	●				●	▲									●		●									
えんがわ	94		▲	▲									▲					▲											
大切り　はまち（一貫）	60	●																											
大切り　ゆず塩サーモン（一貫）	59												●																
大粒貝柱（一貫）	51							▲	▲																				
大葉いか	73										●																		
大葉生たこ	71	●																											
大盛り貝柱	79			●														●											
オニオンサーモン	116		●	●				▲			▲		●	▲				●		●									
海鮮うに手巻き（一貫）	47		▲	●	▲			▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲					▲	▲		
海鮮ユッケ	122		●	●				●	▲		●			●				●		●					●	●			
かずのこ軍艦	94			●				▲	▲									●											
かにマヨ	120		●	●				▲	●				▲	▲				●		●	▲								
かにみそ	86			▲				▲	●																				
かにユッケ	112		●	●				▲	●				▲	▲				●		●	▲					●			
かんぴょう巻	149		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	▲					▲			
牛すき焼き風	126		●	●	●			▲	▲						●			●			●								
きゅうり巻	120		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲					▲			
極み漬けびんちょう	91			●														●											
コーン	169		●	●	●			▲	▲									●		●									
極旨カニカマ	84		●	●				●	●									●											
サーモン	93							▲			▲		●	▲															
サーモンアボカドチーズ	116			●	●			▲			▲		●	▲				●		●						●			
サラダ	178		●	●	▲			●	●								●	●		●									
シーフードサラダ	141		●	●	●			●	●		●			●		●	●	●		●	▲								
熟成あぶり大とろ（一貫）	77		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
熟成あぶり中とろ（一貫）	72		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
熟成大とろ（一貫）	77	●																											
熟成中とろ（一貫）	72	●																											
熟成漬けまぐろ	85			●														●											
熟成ふぐ（一貫）	39			●										●				●											
熟成まぐろ	82	●																											
しんこ巻	141		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	●					▲			
たまご焼き	114		●	●	▲								▲	▲				●			●								
たら白子ジュレポン酢軍艦	94			●				▲	▲					●				●											
たらマヨ軍艦	127		●	●				▲	▲									●		●	●								
チャンジャ	98			●				▲	▲									●											
漬けあぶり特上まぐろ（一貫）	67		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ツナサラダ	163		●	●				▲	▲									●		●									
つぶ貝	69										▲		▲																
鉄火巻	136		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲					▲			
照り焼きチキン	139		●	●	●			▲	▲		▲				▲	●	●	●		●	▲					▲			
特上漬けまぐろ（一貫）	67			●														●											
特上まぐろ（一貫）	64	●																											
特大切り　活〆穴子（一貫）	64			●														●											
特大切りうなぎ（一貫）	109			●														●											
とろサーモン	98												●																
納豆	116			▲				▲	▲									●											
納豆一本巻	160		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	▲					▲			
生えび	78							●																					
生サーモン（一貫）	49												●																
生サーモン軍艦	119			▲				▲	▲				●																
肉厚とろ〆さば	151			●				▲			▲		▲	●				●											
ねぎまぐろ	99	●																											
ねぎまぐろ軍艦	115			▲				▲	▲																				
ねぎまぐろ鉄火	155		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲					▲			
濃厚チェダーチーズ天にぎり	167		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
はまち	118	●																											
ハンバーグ	111		●	●	●											●	●	●		●									
ビントロ	83	●																											
ほたてひもピリ辛わさび	88			●				▲	▲									●											
真いわし	108			▲														▲											
まぐたく軍艦	98			●				▲	▲									●			●								
まぐろアボカドチーズ	125		●	●	●													●		●									
まぐろ納豆軍艦	118			▲				▲	▲									●											
まぐろユッケ	142		●	●				▲	▲									●		●						●			
真たこ	76							▲			▲																		
焼きはらす	91			●									●					●											
やりいか	73							▲			●		▲	▲															
やりいか　しょうが乗せ	73							▲			●		▲	▲															
ゆずかれい	90		▲	▲									▲					▲											
ゆず塩かつおたたき	89			●	●									●				●		●						▲			

くら寿司アレルゲン・カロリー情報

快挙!!創設以来より全食材から四大添加物を除去。 ●化学調味料 ●合成着色料 ●人工甘味料 ●人工保存料

※特定原材料8種とそれに準じる原材料19種について記載しております。
※加工センター、店舗では多くの商品を扱っているため、意図せず他の食材が混入・付着する場合があります。
※この情報は商品の原材料に由来する物です。上記の事由により、ご提供時の状態を保証する物ではございません。
　特に重篤な症状の方や過敏な方は、お医者様にご相談の上、最終的にはお客様ご自身でご判断をお願いいたします。
※データは日々更新しております。リストは常に最新のものをご覧下さいませ。
※店舗によりお取り扱いのない商品がございます。

●印・・・アレルギー物質を含むもの
▲印・・・アレルギー物質を含む製品と同じラインで製造しているもの

2026年4月17日現在
限定商品

品名	一皿当りカロリー（kcal）	該当なし	卵	小麦	乳成分	落花生（ピーナッツ）	ソバ	えび	かに	クルミ	いか	いくら	さけ	さば	牛肉	鶏肉	豚肉	大豆	オレンジ	りんご	ゼラチン	バナナ	キウイ	山芋	モモ	ごま	あわび	カシューナッツ	松茸
アイスランド貝（長寿貝）	72			●					▲									●										
あさり　ソース和え	117			●				▲	▲					●				●		●						▲		
あなきゅう巻	155		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	▲					▲		
あぶりまぐろ塩ユッケ軍艦	133		●	●				▲	▲									●								●		
甘えび二種盛り	83			▲				●	▲																			
活〆大えび（一貫）	44							●																				
活〆真鯛湯引き	75	●																										
イベリコ豚大とろ軍艦	149		●	●				▲	▲								●	●										
うな肝	109			●				▲	▲									●										
うなきゅう巻	171		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	▲					▲		
江戸川コナンのトリックまぐろ	120	●																										
えびかにマウンテン	101			●				●	●									●										
えびタイガーロール	183		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
オーガニックはまち	99	●																										
オニオンえび胡麻だれ	96		●	●				●									●	●		●						●		
オニオン豚カルビ胡麻だれ	115		●	●	●			▲	▲					▲	▲	●	●	●	●	●	●			▲		●		
海水仕込み　純いくら（一貫）	58			▲				▲	▲			●																
海鮮細巻き	176		●	●	●			●	●		●		●	●		▲	▲	●		●	▲					●	●		
かつおハラミカツ（一貫）	104		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
カニカマ辛子マヨ	107		●	●				●	●									●		●								
ぎゅうたま	174		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
牛ユッケ軍艦	128		●	●	●			▲	▲		▲		▲	▲	●	▲	▲	●	▲	●	▲		▲	▲	▲	●			
黒毛和牛にぎり（一貫）	65		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
剣先いか	70										●																	
極上大とろ盛り合わせ	512		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
こってり背脂牛カルビ	209		●	●	●			▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	●	●	●	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲
サーモンアボカドロール	227		●	●	▲			●	▲		▲		●	▲		▲	▲	●		●	▲					▲			
サーモンねぎ塩軍艦	145			●				▲	▲				●					●								●			
【境港産】ほたるいか沖漬け	71			●				▲	▲		●							●											
さばしそ巻	174		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	●		▲	▲					▲			
塩だれ赤えびにぎり	85			●				●										●								●			
熟成あぶり中とろ（二貫）	126		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
熟成 桜鯛（一貫）	41	●																										
熟成中とろ（二貫）	126	●																										
熟成漬けはまち	108			●														●										
熟成　真鯛	82	●																										
熟成 ゆず漬け桜鯛（一貫）	44			●														●										
贅沢かに盛り合わせ	297			▲				▲	●				▲	▲				▲			▲							
たらばがに	92			▲				▲	●																			
超熟成 平目（一貫）	40	●																										
超熟成　まぐろ（一貫）	49			●										●				●										
超熟成　まふぐ（一貫）	36			●										●				●								●		
漬けオーガニックはまち	105			●														●										
天然ぶり塩麹漬け	107	●																										
特選めあじ	80	●																										
特大炙り穴子（一貫）	65		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
特大本ズワイガニ（一貫）	43								●																			
とろ鉄火巻	196		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲					▲		
ナッコプセ	137		●	●	●			●							●	●	●	●		●						●		
ねぎ塩ほたて軍艦	101			●				▲	▲									●								●		
濃厚うに（一貫）	48			▲				▲	▲																			
ぶりスモークマヨ	146		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ほたて（一貫）	46	●																										
【北海道産】まつかわがれい（一貫）	39													▲				●										
本ズワイガニ（一貫）	36								●																			
まぐろたたき	88			●														●										
真鯛天にぎり（一貫）	86		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【宮城県産】銀鮭	98												●															
宮崎牛てんこもり	190		●	●	●										●	▲	▲	●											

くら寿司アレルゲン・カロリー情報

快挙!!創設以来より全食材から四大添加物を除去。 ●化学調味料 ●合成着色料 ●人工甘味料 ●人工保存料

※特定原材料8種とそれに準じる原材料19種について記載しております。
※加工センター、店舗では多くの商品を扱っているため、意図せず他の食材が混入・付着する場合があります。
※この情報は商品の原材料に由来する物です。上記の事由により、ご提供時の状態を保証する物ではございません。
　特に重篤な症状の方や過敏な方は、お医者様にご相談の上、最終的にはお客様ご自身でご判断をお願いいたします。
※データは日々更新しております。リストは常に最新のものをご覧下さいませ。
※店舗によりお取り扱いのない商品がございます。

●印・・・アレルギー物質を含むもの
▲印・・・アレルギー物質を含む製品と同じラインで製造しているもの

2026年4月17日現在
サイドメニュー

品　名	一皿・一杯当りカロリー（ｋｃａｌ）	該当なし	卵	小麦	乳成分	落花生（ピーナッツ）	ソバ	えび	かに	クルミ	いか	いくら	さけ	さば	牛肉	鶏肉	豚肉	大豆	オレンジ	りんご	ゼラチン	バナナ	キウイ	山芋	モモ	ごま	あわび	カシューナッツ	松茸
あおさ入り　赤だし	62							▲	▲					●				●											
あおさ入り　味噌汁	51							▲	▲					●				●											
揚げたこ焼き	200		●	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
あさり入り赤だし	52								▲					●				●											
あさり入り味噌汁	42								▲					●				●											
いか軟骨唐揚げ	145		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
イベリコ豚コロッケ	180		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
うな丼（シャリ）	625			●										●				●											
うな丼（十六穀米）	506			●										●				●											
うな丼（白米）	532			●										●				●											
うな丼（発芽玄米）	466			●										●				●											
えび天うどん	274		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えび天と季節の天丼（シャリ）	730		●	●	●	▲		●	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えび天と季節の天丼（十六穀米）	692		●	●	●	▲		●	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えび天と季節の天丼（白米）	718		●	●	●	▲		●	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えび天と季節の天丼（発芽玄米）	652		●	●	●	▲		●	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えびブロッコリーサラダ	100		●	●				●						●				●		●									
追いふぐ	21			●														●									●		
お刺身　五種盛り	115		▲	●	▲			▲	▲		●	●	●	▲				●											
海鮮かき揚げうどん	757		▲	●	▲	▲		●	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
がっちょの唐揚げ	142		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
かにクリームコロッケ	254		●	●	●	▲		●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
きつねうどん	292		▲	●										●				●			●								
くら出汁たっぷりだし巻き	198		●	●										●				●			●								
【くらのお魚だけシリーズ】 サーモン（シャリなし）	54							▲			▲		●	▲															
【くらのお魚だけシリーズ】 熟成まぐろ（シャリなし）	37	●																											
【くらのお魚だけシリーズ】 ゆず塩かつおたたき（シャリなし）	48			●	●									●				●		●							▲		
くらポテト	396		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
くらポテトミニ　ガーリックバター	281		▲	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
コーンポタージュコロッケ	258		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
小海老唐揚げ	69		▲	●	▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
胡麻香る担々麺	423		●	●	●			●	▲					●	▲	●	●	●		●	●						●		
ザクザク唐揚げ	368		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【讃岐】釜揚げうどん	243		▲	●										●				●			●								
【讃岐】釜玉うどん	281		●	●														●											
【讃岐】ちく天ぶっかけうどん（冷）	368		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
サバ白湯らーめん	344		●	●	●			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	▲						●		
純赤だし	43								▲					●				●											
旬の海鮮丼	462		●	●	●			●	●		●	●	●	●				●		●							●	●		
純味噌汁	32								▲					●				●											
すしやのシャリカレーうどん	502		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
すしやのシャリカレーうどん（甘口）	509		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲		▲	
【世界のメニュー】カリーヴルスト	161		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【世界のメニュー】パパクリオ―ジャ	84		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【世界のメニュー】ファラフェル	150		●	▲	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
チーズフォンデュ	105				●			●									●												
チーズフライ	350		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
チキン南蛮	372		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
チャーシューコロッケ	176		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲	
天然魚の赤だし	168								▲		●		●	●				●											
天然魚の味噌汁	157								▲		●		●	●				●											
天然だしうどん	227		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
天然ふぐしゃぶ（くら出汁セット）	41			●										●				●			●					●			
十勝枝豆	86																	●											
特上うな丼（シャリ）	815			●										●				●											
特上うな丼（十六穀米）	696			●										●				●											
特上うな丼（白米）	722			●										●				●											
特上うな丼（発芽玄米）	656			●										●				●											
特製カレーコロッケ	218		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
特製茶碗蒸し	67		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲			
7種の魚介　醤油らーめん	286		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					▲			
7種の魚介濃厚味噌らーめん	285		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					●			
なんこつ唐揚げ	150		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ねばねば海鮮和え	150		●	●							●							●			●								
はまぐり塩らーめん	313		●	●	▲			▲	●					▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲			
ビッくらポン！ 厳選6貫セット	263			●				●			●		●	●				●											
フカヒレあんかけ茶碗蒸し	82		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	●					▲			
藤原系 禁断のにんにくMAXまぜそば	778		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	●	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ふりふりくらポテト コンソメ	245		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
北海道いももち―ず	269		▲	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ポップコーンシュリンプ風	313		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
まぐろうま煮ミニ丼	312		●	●														●											
まぐろ竜田揚げ	175		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ミニころチキン	149		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
焼きとうもろこし	142		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
和牛コロッケ	210		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	●	●	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	●		▲	
藁焼きかつおたたき	84	●																											
あじ天盛り	187		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
いか天	136		●	●	●	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えび天	75		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
オニオンリング	103		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
とうもろこしのかき揚げ	194		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【北海道産】干しするめいか天ぷら	188		●	●	●	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲	
【健康ミニカップ】沖縄もずく	40.9				●													●											
【健康ミニカップ】海藻サラダ	7.5				●									●				●		●									
【健康ミニカップ】かぼちゃとさつまいものマリネ	82.5		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【健康ミニカップ】シャリ野菜 サーモン	35.8		●	●				▲			▲		●	▲				●		●									
【健康ミニカップ】シャリ野菜 まぐろ	30.7		●	●														●		●									
【健康ミニカップ】食前酢　りんご　※はちみつ使用	23.4																			●									
【健康ミニカップ】玉ねぎの冷製スープ	69.0		●	●	●											●		●											
【健康ミニカップ】豆乳ぷりん（いちごソース）	38.3				▲													●			●								
【健康ミニカップ】ブロッコリーサラダ（アンチョビマヨ）	67.5		●	●														●		●									
【健康ミニカップ】優しいトマト	9.6	●																											
【健康ミニカップ】【山形産ハーブ鶏使用】チキンサラダ	36.0		●	●	●				▲					●	▲	●	▲	●		●	▲								
【健康ミニカップ】ゆず白菜	14.3	●																											

くら寿司アレルゲン・カロリー情報

快挙!!創設以来より全食材から四大添加物を除去。 ●化学調味料 ●合成着色料 ●人工甘味料 ●人工保存料

※特定原材料8種とそれに準じる原材料19種について記載しております。
※加工センター、店舗では多くの商品を扱っているため、意図せず他の食材が混入・付着する場合があります。
※この情報は商品の原材料に由来する物です。上記の事由により、ご提供時の状態を保証する物ではございません。
　特に重篤な症状の方や過敏な方は、お医者様にご相談の上、最終的にはお客様ご自身でご判断をお願いいたします。
※データは日々更新しております。リストは常に最新のものをご覧下さいませ。
※店舗によりお取り扱いのない商品がございます。

●印・・・アレルギー物質を含むもの
▲印・・・アレルギー物質を含む製品と同じラインで製造しているもの

2026年4月17日現在
サイドメニュー

品　名	一皿・一杯当り カロリー（kcal）	該当なし	卵	小麦	乳成分	落花生（ピーナッツ）	ソバ	えび	かに	クルミ	いか	いくら	さけ	さば	牛肉	鶏肉	豚肉	大豆	オレンジ	りんご	ゼラチン	バナナ	キウイ	山芋	モモ	ごま	あわび	カシューナッツ	松茸
いちご風味ゼリー(ヨーグルトムース)	159			▲	●													●			●							
宇治抹茶クリーム大福	146				●													●										
カットパイン	43	●																										
完熟アップルマンゴー	88	●																										
感動のぷりん	197		●		●													●										
京わらびもち	168			▲														●					▲					
巨峰シャーベット	53	●																										
クラシックパンケーキ　※はちみつ使用	234		●	●	●													●										
くらだんご　黒ごまきなこ	169		▲	●	▲	▲				▲								●								●		
くらだんご　抹茶	194		▲	●	●	▲				▲								●								▲		
くらだんご　みたらし	141		▲	●	▲	▲				▲								●								▲		
クリームチーズケーキ　※はちみつ使用	170		●	●	●													●	●		●							
黒蜜きなこぷりん	180		▲	▲	●	▲	▲			▲								●			●					▲		
5種のサクもちボール	407		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	●		▲	
米粉のガトーショコラ	177	●																										
絞りたてモンブラン（栗）	332		●	●	●	▲		▲		▲			▲					●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
【食後の一皿】オリジナル2種のクッキー	52		●	●	●					▲								●	▲	▲						▲		▲	
【食後の一皿】生クリームチョコレート2個	110		▲	▲	●													●										
白玉クリームあんみつ	321		●	▲	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【世界のメニュー】グアテマラコーヒーゼリー	104		▲	▲	●	▲				▲								●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲	
【世界のメニュー】ミスティ	402		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
大学芋スティック	138																	●			●							
たっぷりホワイトチョコアイス	99		●	▲	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
チーズケーキ	81		●	●	●					▲					▲			●	▲	●	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
チョコアイス	42				●													●											
チョコケーキ	107		●	●	●					▲					▲			●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
豆乳アイス	108																	●										
とろけるブリュレタルト	386		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
濃厚バニラアイス	77				●																							
濃厚マンゴーソフト	192		▲	●	●													●		▲		▲	▲					
冷んやりフルーツ盛り	79																	▲										
ぶどう風味ゼリー(ヨーグルトムース)	156				●													●			●							
プリンタルト	156		●	●	●													●		●	●							
【プレゼント】ハッピー！チーズケーキ	166		●	●	●			▲		▲					▲			●	▲	●	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
【プレゼント】ハッピー！チョコケーキ	192		●	●	●			▲		▲					▲			●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
【プレゼント】ハッピー！プリン	280		●	●	●			▲		▲								●											
【プレゼント】ハッピー！ミルクレープ	336		●	●	●			▲		▲								●	▲	▲	●								
ふわとろベイクドチーズケーキ	215		●	●	●													●	▲	▲	●				▲				
別腹ちょこっとトロピカルラムネパフェ	163		●	●	●	▲												●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲	
ベリーチョコアイス	100		●	●	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
干し柿のパウンドケーキ	183		●	●	●													●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲	
松田と萩原のチョコ＆ベリーパフェ	265		●	●	●	▲	▲	▲		▲			▲					●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
マンゴードームケーキ	217		●	●	●													●			●							
ミルキーミルクレープ	272		●	●	●													●			●							
ミルクレープ	230		●	●	●					▲								●	▲	▲	●							
昔ながらのよもぎ大福	147																	●										
夢のふわ雪 豊潤いちご	130			▲	●													▲	▲	▲		▲	▲		▲				
夢のふわ雪 豊潤いちご（練乳なし）	104			▲	●													▲	▲	▲		▲	▲		▲				
夢のふわ雪 抹茶	254				●													●											
夢のふわ雪 抹茶（練乳なし）	227																	●											
龍馬が愛したカステラ	101		●	●	▲													▲	▲										
宇治抹茶入り緑茶	3	●																											
オレンジ	75																		●										
純米大吟醸　黄桜S	184	●																											
スーパードライ（生）	160	●																											
千速と重悟のコーヒーミルクフロート	302		●	▲	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲	
ドライゼロα	27																	●											
ドライプレミアム(中瓶)	240	●																											
乳酸菌ウォーター	76				●													●											
ノンアルコール梅酒	69	●																											
ハイボール	69	●																											
春鹿　純米超辛口	193	●																											
ピーチサイダー	110																							●					
瓶ビール	210	●																											
ぶどうサイダー	62	●																											
プレミアアイス珈琲	36				●													●											
プレミアアイスラテ	92				●																								
プレミアホット珈琲	28				●													●											
プレミアホットラテ	83				●																								
マルエフ	156	●																											
【無添】コーラ	108	●																											
有機ワイン	131	●																											
りんご	82																			●									
冷酒(無添蔵)	200	●																											

くら寿司アレルゲン・カロリー情報

快挙!!創設以来より全食材から四大添加物を除去。 ●化学調味料 ●合成着色料 ●人工甘味料 ●人工保存料

※特定原材料8種とそれに準じる原材料19種について記載しております。
※加工センター、店舗では多くの商品を扱っているため、意図せず他の食材が混入・付着する場合があります。
※この情報は商品の原材料に由来する物です。上記の事由により、ご提供時の状態を保証する物ではございません。
　特に重篤な症状の方や過敏な方は、お医者様にご相談の上、最終的にはお客様ご自身でご判断をお願いいたします。
※データは日々更新しております。リストは常に最新のものをご覧下さいませ。
※店舗によりお取り扱いのない商品がございます。

●印・・・アレルギー物質を含むもの
▲印・・・アレルギー物質を含む製品と同じラインで製造しているもの

2026年4月17日現在
その他

品　名	該当なし	卵	小麦	乳成分	落花生（ピーナッツ）	ソバ	えび	かに	クルミ	いか	いくら	さけ	さば	牛肉	鶏肉	豚肉	大豆	オレンジ	りんご	ゼラチン	バナナ	キウイ	山芋	モモ	ごま	あわび	カシューナッツ	松茸
あまだれ			●														●											
うどん用替え玉		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
くら出汁			●										●				●			●								
米粉クッキー　チョコ	●																											
米粉クッキー　プレーン	●																											
米粉クッキー　抹茶	●																											
シャリ(合わせ酢)	●																											
ジュレポン酢			●										●				●											
しょうが（薬味）	●																											
しょうゆ			●														●											
酢漬つけ合わせ	●																											
チーズソース		●	●	●													●		●									
のり			▲				▲	▲																				
粉末緑茶	●																											
ポン酢			●												●		●											
マヨネーズ		●	●														●		●									
らーめん用替え玉		●	●										●				●											
わさび	●																											