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5月29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（一貫）	113		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えびマヨ	182		●	●				●	▲									●		●									
えんがわ（かれい）	94		▲	▲									▲					▲											
大切りとろ〆さば（一貫）	69			●									▲	●				●											
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							▲	▲																				
大葉えんがわ（かれい）	94		▲	▲									▲					▲											
大葉生たこ	71	●																											
大葉　松いか	73										●																		
大盛り貝柱	79			●														●											
オニオンサーモン	116		●	●				▲			▲		●	▲				●		●									
海鮮細巻	176		●	●	●			●	●		●		●	●		▲	▲	●		●	▲					●	●		
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		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	▲					▲			
牛すき焼き風軍艦	144		●	●	●			▲	▲						●	▲	▲	●			●								
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		●	●				●	●									●											
国産 ほたるいか沖漬け	70			●				▲	▲		●							●											
サーモン	93							▲			▲		●	▲															
サーモンアボカドチーズ	116			●	●			▲			▲		●	▲				●		●						●			
さばしそ昆布巻	85		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	●		▲	●					▲			
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			●														●											
熟成びんちょうまぐろ	82	●																											
熟成ふぐ（一貫）	39			●										●				●											
熟成まぐろ	82	●																											
しんこ巻	141		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	●					▲			
たこうに	91			●				▲	▲					▲				●											
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			●				▲	▲									●											
超熟成 まぐろ（一貫）	49			●										●				●											
超熟成 まふぐ（一貫）	36			●										●				●								●			
ツナサラダ	163		●	●				▲	▲									●		●									
つぶ貝	69										▲		▲																
鉄火巻	136		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲					▲			
照り焼きチキン	139		●	●	●			▲	▲		▲				▲	●	●	●		●	▲					▲			
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												●																
なすうま煮	96		●	●	●													●											
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			▲				▲	▲				●																
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			●				▲	▲									●			●								
まぐたく手巻（一貫）	59			●				▲	▲									●			●								
まぐろアボカドチーズ	125		●	●	●													●		●									
まぐろユッケ	142		●	●				▲	▲									●		●						●			
真たこ	76							▲			▲																		
松いか	73										●																		
明太きゅうり昆布巻	72		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	●					▲			
焼きはらす	91			●									●					●											
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5月29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
あさり　ソース和え	117			●				▲	▲					●				●		●									
アセロラぶりひら	104	●																											
あなきゅう巻	155		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	▲					▲			
あぶりチーズハンバーグ	173		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	●	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
あぶりチキンドリア風	182		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲	
あぶりベーコン ペッパーチーズ	155		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
活〆大えび（一貫）	44							●																					
活〆真鯛湯引き	75	●																											
うな肝	109			●				▲	▲									●											
うなきゅう巻	171		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	●		▲	▲					▲			
えびタイガーロール	183		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えび バジルサラダ	94							●																					
大型生さば	102													●															
オニオンえび胡麻だれ	96		●	●				●									●	●		●						●			
オニオン豚カルビ胡麻だれ	115		●	●	●			▲	▲					▲	▲	●	●	●	●	●	●			▲		●			
牛ユッケ	128		●	●	●			▲	▲		▲		▲	▲	●	▲	▲	●	▲	●	▲		▲	▲	▲	●			
国産牛のロッシーニ風　黒トリュフソース（一貫）	126		●	●	●	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	●	●	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
国産〆さば	141			●										●				●			●								
国産天然炙り本まぐろ大とろ（一貫）	76		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
国産天然炙り本まぐろ中とろ（一貫）	69		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
国産天然本まぐろ大とろ（一貫）	76	●																											
国産天然本まぐろ中とろ（一貫）	69	●																											
国産天然本まぐろねぎまぐろ	104			▲				▲	▲																				
極上大とろ盛り合わせ	512		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
サーモンアボカドロール	227		●	●	▲			●	▲		▲		●	▲		▲	▲	●		●	▲					▲			
サーモンねぎ塩軍艦	145			●				▲	▲				●					●								●			
熟成あぶり中とろ（二貫）	126		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
熟成中とろ（二貫）	126	●																											
熟成漬けはまち	108			●														●											
熟成　真鯛	82	●																											
姿いか	75										●																		
贅沢かに盛り合わせ	297			▲				▲	●				▲	▲				▲			▲								
チャーシューエッグ（一貫）	215		●	●	●										▲	▲	●	●		▲	▲			▲		▲		▲	
超熟成 平目（一貫）	40	●																											
超熟成 真鯛（一貫）	43	●																											
天然ぶり塩麹漬け	107	●																											
特大本ズワイガニ（一貫）	43								●																				
とろ鉄火巻	196		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	▲		▲	▲	▲		▲	▲					▲			
ナッコプセ	137		●	●	●			●							●	●	●	●		●						●			
煮穴子にぎり	100			●														●											
濃厚うに（一貫）	48			▲				▲	▲																				
ふぐ皮ポン酢	87			●				▲	▲					●				●								●			
伏黒と釘崎のザクザク生姜焼き	151		●	●	●			▲	▲					●	▲	●	●	●	●	●	●					●			
ぶり塩麹	99	●																											
【北海道産】ひらめえんがわ軍艦	96			●				▲	▲									●											
本ズワイガニ（一貫）	36								●																				
まぐろチュモッパ	89			●														●			●					●			
真鯛天にぎり（一貫）	86		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ミートボール	178		●	●	●			▲	▲						▲	●	●	●		●						●			

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5月29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		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
虎杖の麻辣汁なし担々麺	432		●	●	●	▲		●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲	
イベリコ豚コロッケ	180		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
うな丼（シャリ）	625			●										●				●											
うな丼（白米）	532			●										●				●											
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（白米）	718		●	●	●	▲		●	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
えびブロッコリーサラダ	100		●	●				●						●				●		●									
お刺身　五種盛り	115		▲	●	▲			▲	▲		●	●	●	▲				●											
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	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		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
小海老唐揚げ	69		▲	●	▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
胡麻香る担々麺	423		●	●	●			●	▲					●	▲	●	●	●		●	●					●			
サーモンスティックフライ（チーズソース）	223		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【讃岐】釜揚げうどん	236		▲	●										●				●			●								
【讃岐】釜玉うどん	281		●	●														●											
【讃岐】ちく天ぶっかけうどん（冷）	368		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【讃岐】特製たまご醤油うどん	235		●	●												●	●	●											
【讃岐】トリュフクリーム	372		▲	●	●						●					●		●											
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】ダウードバシャ	183		●	●	●	▲				▲					●	●	▲	●		●	▲	▲		▲		▲			▲	
【世界のメニュー】チョフテ	101		●	●	●										●	●	▲	●		●									
【世界のメニュー】ハンバーガー	195		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【世界のメニュー】ボクスティ	98		●	●	●													●	▲	▲	▲					▲			
チキン南蛮	372		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
天然魚の赤だし	168								▲		●		●	●				●											
天然魚の味噌汁	157								▲		●		●	●				●											
天然だしうどん	227		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
十勝枝豆	86																	●											
特上うな丼（シャリ）	815			●										●				●											
特上うな丼（白米）	722			●										●				●											
特製カレーコロッケ	218		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
特製茶碗蒸し	67		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲			
トリュフクリーム茶碗蒸し	132		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲			
7種の魚介　醤油らーめん	286		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					▲			
7種の魚介　醤油らーめん（味玉無し）	259		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					▲			
7種の魚介濃厚味噌らーめん	285		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					●			
7種の魚介濃厚味噌らーめん（味玉無し）	258		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					●			
なんこつ唐揚げ	150		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
煮込みチャーシューコロッケ	225		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲	
ねばねば海鮮和え	150		●	●							●							●			●								
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		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	●					▲			
ふりふりくらポテト　のり塩	240		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
まぐろ竜田揚げ	131		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
まぐろ竜田ねぎおろし	288		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
ミニころチキン	149		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
宮崎牛ごぼ天うどん	349		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
明太揚げもち	288		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
明太クリーム茶碗蒸し	95		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●	●	▲	▲					▲			
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		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
【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5月29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
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		●		●													●											
キャロットケーキ	192		●	●	●													●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
京わらびもち	168			▲														●						▲					
巨峰シャーベット	53	●																											
くらだんご あんこ	159		▲	●	▲	▲				▲								●								▲			
くらだんご　抹茶	194		▲	●	●	▲				▲								●								▲			
くらだんご　みたらし	141		▲	●	▲	▲				▲								●								▲			
黒ごま団子	183		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	●		●	
恋色ももタルト	323		●	●	●	▲				▲					▲		▲	●	▲	▲	●	▲			●	▲		▲	
サクもちボール	407		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	●		▲	
絞りたてシュークリーム	227		●	●	●													●			●					▲			
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		▲	▲	●													●											
【世界のメニュー】エッグタルト	171		●	●	●													●		●	●								
【世界のメニュー】ルカイマット	396		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	
大学芋スティック	138																	●			●								
チーズケーキ	81		●	●	●					▲					▲			●	▲	●	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
チョコアイス	42				●													●											
チョコケーキ	107		●	●	●					▲					▲			●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
チョコたっぷりアイス	93		●	▲	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
豆乳アイス	108																	●											
七海と五条のスウィート＆ビターティラミス	254		●	●	●	▲	▲	▲		▲			▲					●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲	
濃厚マンゴーソフト	192		▲	●	●													●		▲		▲	▲						
白桃のパンナコッタ	142		▲		●													●	▲	▲	●	▲	▲		●	▲			
バスクチーズケーキ	157		●	●	●													●											
花咲く抹茶アイス	167		●		●													●											
パリッとチョコアイス	99		●	▲	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
冷んやりフルーツ盛り	79																	▲											
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		●	●	●			▲		▲								●	▲	▲	●							▲	
別腹ちょこっとトロピカルラムネパフェ	163		●	●	●	▲												●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲	
ベリーチーズケーキパフェ	232		●	●	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
ベリーチョコアイス	100		●	●	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
ベリーベリーソフト	223		▲	●	●													●											
ミルキーミルクレープ	272		●	●	●													●			●								
ミルクレープ	230		●	●	●					▲								●	▲	▲	●								
昔ながらのかしわ餅	84																	●											
昔ながらの塩豆大福	126																	●											
夢のふわ雪 THEティラミス	359		●	●	●													●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲	
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			▲	●													▲	▲	▲		▲	▲		▲				
夢のベジふわ雪 いちご＆トマト	70	●																											
夢のベジふわ雪 オレンジ＆キャロット	57																		●										
夢のベジふわ雪 グリーンスムージー	60				●															●		●							
ヨアボ　※はちみつ使用	138		▲	●	●	▲												●	▲	▲	▲	●	▲		▲	▲		▲	
リッチミルクアイス	145		●	▲	●					▲				▲				▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲	
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																		●										
コットンキャンディーコーヒー	74				●													●											
純米大吟醸　黄桜S	184	●																											
スーパードライ（生）	160	●																											
豆乳生まれのカルピス®	63																	●											
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	●																											
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5月29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	●																											