くら寿司アレルゲン・カロリー情報（宇和島店用）

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種のうち、松茸は全ての商品に含みません。
※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。

●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

2025年4月18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
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		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	●	●	●	●	●	▲	▲	▲	▲	●		▲
甘えびにぎり	77							●	▲					●														
甘えびマヨ	111		●	●				●						●				●		●								
あわびにぎり	78													●													●	
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		▲	▲									▲	●				▲										
大切りとろサーモン(一貫)	70												●	●														
大切り　はまち(一貫)	60													●														
大切り焼きはらす(一貫)	85			●	●								●	●				●			●							
大切り　ゆず塩サーモン(一貫)	59												●	●														
大粒いくら(一貫)	55			●								●		●				●										
大葉生たこ	71													●														
大葉真いか	75										●			●														
大盛り貝柱にぎり	79			●										●				●										
オニオンサーモン	116		●	●				▲			▲		●	●				●		●								
海鮮うに手巻き(一貫)	47		▲	●	▲			▲	▲		●	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲					▲	▲	
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	142		●	●	●			▲	▲					●	●			●			●							
きゅうり巻	120		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	▲		▲	▲					▲		
極み漬けぴんちょう	91			●										●				●										
コーン	169		●	●	●									●				●		●								
極旨カニカマ	84		●	●				●	●					●				●										
サーモン	93							▲			▲		●	●														
サラダ	178		●	●	▲			●	●					●			●	●		●								
シーフードサラダ	141		●	●	●			●	●		●			●		●	●	●		●	▲							
塩だれはまち	107													●														
熟成あぶり大とろ(一貫)	77		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
熟成あぶり中とろ(一貫)	72		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
熟成　桜鯛(一貫)	41													●														
熟成漬けまぐろ	85			●										●				●										
熟成ふぐ(一貫)	39			●										●				●										
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		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	▲		▲	▲					▲		
特上漬けまぐろ(一貫)	67			●										●				●										
特上まぐろ(一貫)	64													●														
特選大切り漬けまぐろ(一貫)	49			●										●				●										
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	118												●	●														
納豆	116													●				●										
納豆一本巻	160		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	●		▲	▲					▲		
納豆とろろ軍艦	110													●				●						●				
生えび	78							●						●														
肉厚とろ〆さば	151			●				▲			▲		▲	●				●										
ねぎまぐろ	115													●														
ねぎまぐろ鉄火	155		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	▲		▲	▲					▲		
ねぎまぐろにぎり	99													●														
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													●														
ふり塩　熟成大とろ(一貫)	77													●														
ふり塩熟成　中とろ(一貫)	72													●														
ふり塩　熟成まぐろ	82													●														
ほたて	103													●														
ほたるいか沖漬け	71			●				▲	▲		●			●				●										
真いか	75										●			●														
真いわし	108			▲										●				▲										
まぐたく軍艦	98			●										●				●										
まぐろ納豆軍艦	118													●				●										
まぐろユッケ	142		●	●										●				●		●						●		
真たこ	76							▲			▲			●														
明太小柱軍艦	95			●										●				●			●							
明太とろろ軍艦	98			●										●				●			●			●				
山かけまぐろ軍艦	94													●										●				
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（宇和島店用）

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種のうち、松茸は全ての商品に含みません。
※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。

●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

2025年4月18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
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		●	●										●				●								●		
あぶり焼きはらす	170		▲	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲
甘えび二種盛り	83							●						●														
いか天タルタル	218		●	●	●	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
いくら軍艦（一貫）	55		▲	●	▲			▲	▲			●		●				●										
活〆特大えび（一貫）	44							●						●														
うなきゅう巻	171		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	●		▲	▲					▲		
うな玉	129		●	●										●				●										
うに軍艦（一貫）	47							▲	▲					●														
えびかにマウンテン	101			●				●	●					●				●										
えび天にぎり　マヨソース	112		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
えびと苺とチーズ	83				●			●						●							●							
オーガニックはまち	99													●														
大切り　生サーモン（一貫）	63												●	●														
大粒いくら軍艦（二貫）	106			●								●		●				●										
大ばちまぐろ（一貫）	64													●														
オニオンえび胡麻だれ	96		●	●				●						●			●	●		●						●		
オニオン豚カルビ胡麻だれ	115		●	●	●			▲	▲					●	▲	●	●	●	●	●	●			▲		●		
海鮮細巻き	176		●	●	●			●	●		●		●	●		▲	▲	●		●	▲					●	●	
海鮮ユッケ	122		●	●				●						●				●		●						●		
かつお赤身	91													●														
蒲揚げ軍艦	132		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
牛ユッケ軍艦	128		●	●	●						▲		▲	●	●	▲	▲	●	▲	●	▲		▲	▲	▲	●		
黒毛和牛にぎり（一貫）	65		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
国産無添加うに（一貫）　※四大添加物無添加	47													●														
極上大とろ盛り合わせ	512		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
極上かにといくら	101		▲	●	▲			▲	●			●	▲	●				●			▲							
五種の貝サラダ	151		●	●				▲	▲					●				●		●								
サーモンねぎ塩軍艦	145			●									●	●				●								●		
桜鯛	82													●														
桜鯛湯引き（一貫）	40			●										●				●										
さばしそ巻	174		▲	●	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	●		▲	▲					▲		
さば棒寿司	145			●										●				●								●		
塩いくら（一貫）	58											●		●														
塩いくら（二貫）	116											●		●														
塩だれ赤えびにぎり	85			●				●						●				●								●		
熟成漬けはまち	108			●										●				●										
贅沢かに盛り合わせ	311			▲				▲	●				▲	●				▲			▲							
たこサラダ	141		●	●				▲	▲					●				●		●								
チキンステーキ（トマトソース）	165		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
漬け炙り大ばちまぐろ（一貫）	67		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
漬けオーガニックはまち	105			●										●				●										
漬け大ばちまぐろ（一貫）	67			●										●				●										
漬け桜鯛	88			●										●				●										
漬け天然たこ	77			●										●				●										
漬けゆずぶり	108			●										●				●										
天然ぶり塩麹漬け	107													●														
天然ぶりユッケ軍艦	122		●	●				●						●				●		●						●		
天然ぶりユッケソース	97			●				●						●				●		●						●		
天然本まぐろねぎまぐろ	103													●														
特上まぐろ赤身	114													●														
特盛　まぐろ軍艦	108													●														
鶏てりやき軍艦	139		●	●	●				▲		▲			●	▲	●	●	●		●	▲					▲		
とろ鉄火	196		▲	▲	▲			▲	▲		▲		▲	●		▲	▲	▲		▲	▲					▲		
生サーモン軍艦	119												●	●														
生サーモン（二貫）	104												●	●														
ナンでやねん！？寿司　浜田のくちぴるⅡ	180		▲	●	●			▲	▲					●	●		●	●		●		●						
肉厚赤貝	75													●														
肉厚ほたて（一貫）	51													●														
ねぎ塩ほたて軍艦	101			●					▲					●				●								●		
濃厚うに（一貫）	48							▲	▲					●														
ぶり桜スモーク	116		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ふり塩熟成あぶり中とろ（一貫）	72		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ぶりスモークマヨ	146		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
【プレゼント】特撰ばらちらし	289		●	●	▲			●	●		▲	●	●	●				●			▲							
ポップコーンシュリンプロール	235		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲
本格ハンバーグ	129		●	●	●									●	●			●										
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		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
紋甲いか	69										●			●														
ゆずぶり（一貫）	51													●														

くら寿司アレルゲン・カロリー情報（宇和島店用）

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種のうち、松茸は全ての商品に含みません。
※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。

●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

2025年4月18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
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		●	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
揚げたこ焼き（ソース）	91		●	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
揚げたこ焼き（明太マヨ）	134		●	●	▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
旭川醤油ら一めん	327		●	●	●			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					●		
あさり入り赤だし	52								▲					●				●										
あさり入り味噌汁	42								▲					●				●										
アジフライ風	346		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
イベリコ豚コロッケ	180		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
うにいくらミニ丼（くら出汁付）	304		▲	●	▲			▲	▲			●		●				●			●							
うにクリーム茶碗蒸し	91		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲		
えび天うどん	274		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲
えびブロッコリーサラダ	100		●	●				●						●				●		●								
おさかなげっと	115		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
お刺身　五種盛り	115		▲	●	▲			▲	▲		●	●	●	▲				●										
お出汁あさりバター	131			●	●				▲					●				●			●							
かにクリームコロッケ	250		▲	●	●	▲		▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
かに吸い	46		●	●	▲			▲	●					●			●	●			●			●				
かに茶碗蒸し	71		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲		
【感動の丼】うな丼	611			●										●				●										
【感動の丼】うな丼（飯プチ）	536			●										●				●										
【感動の丼】えび天と季節の天丼	692		●	●	●	▲		●	▲	▲	●	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
【感動の丼】旬の海鮮丼	462		●	●	●			●	●		●	●	●	●				●		●						●	●	
【感動の丼】特上うな丼	846			●										●				●										
【感動の丼】特上うな丼（飯プチ）	762			●										●				●										
きつねうどん	292		▲	●										●				●			●							
魚介ユッケ	185		●	●	●			●	●		●		●	●				●		●						●	●	
くら出汁たっぷりだし巻き	198		●	●										●				●			●							
くらチキ	190		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
【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】 ふり塩熟成まぐろ（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（黒トリュフソース）	510		●	●	▲	▲		▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
小海老の唐揚げ	69		▲	●	▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
国産ふぐから揚げ	158		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
胡麻香る担々麺	423		●	●	●			●						●	▲	●	●	●		●	●					●		
純赤だし	43								▲					●				●										
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		●	●	●	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	●	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲		▲
だし唐揚げ（塩）	330		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
太刀魚ミニ丼	357		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
伝説の鶏唐揚げ	358		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
天然魚唐揚げ	299		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
天然だしうどん	227		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲		▲
天然ふぐ出汁うどん	302		●	●				●	●					●				●			●							
特製カレーコロッケ	218		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
特製チャーシューコロッケ	176		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲
特製茶碗蒸し	67		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲		
とり皮餃子	301		●	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●		▲
トリュフクリーム茶碗蒸し	102		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	▲					▲		
トリュフクリームパスタ風　※ら一めんの麺を使用	418		●	●	●						●					●		●										
7種の魚介　醤油ら一めん	286		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					▲		
7種の魚介濃厚味噌ら一めん	285		●	●	▲			▲	▲					●	▲	●	●	●		▲	●					●		
なんこつ唐揚げ	132		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ビッくらポン！厳選6貫セット	263			●				●			●		●	●				●										
ビルボナーラ　※ら一めんの麺を使用	455		●	●	●										▲	●	●	●		▲		▲						
フカヒレあんかけ茶碗蒸し	82		●	●	●	▲		●	●		●		●	▲	▲	●	●	●		▲	●					▲		
北海道名物　ザンギ	285		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
まぐろ竜田揚げ	175		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ミニころチキン	149		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
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		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲

くら寿司アレルゲン・カロリー情報（宇和島店用）

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種のうち、松茸は全ての商品に含みません。
※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。

●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

2025年4月18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
イタリアンティラミス	97		●	●	●													●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
カットパイン	43	●																										
感動のぷりん	197		●		●													●										
京わらびもち	168			▲														●						▲				
巨峰シャーベット	53	●																										
くらだんご　あんこ	160		▲	●	▲	▲				▲								●								▲		
くらだんご　みたらし	146		▲	●	▲	▲				▲								●								▲		
クリームいちご大福	177				●													●										
幸福のたまご（いちご）	174		●	●	●	▲		▲		▲			▲		▲			●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
幸福のたまご（マンゴー）	143		●	●	●	▲		▲		▲			▲		▲			●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
幸福のたまご（メロン）	135		●	●	●	▲		▲		▲			▲		▲			●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
しぼりたてモンブラン	348		●	●	●	▲				▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲
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		●	●	●					▲					▲			●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲
チョコバナナパンケーキ	192		●	●	●													●				●						
豆乳アイス	108																	●										
とろけるプリンケーキ	148		●	●	●	▲		▲		▲			▲					●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
濃厚クレームダンジュ	104		●	▲	●													●			●							
ハニーおいもっちボール　※はちみつ使用	251		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
バニラアイス	77		●		●																							
冷んやりフルーツ盛り	79																	▲										
プリンタルト	156		●	●	●													●		●	●							
フルーツ盛り（マンゴー）	95																	▲										
ぷるぷるたこさんゼリー	82																	▲								●		
【プレゼント】彩りフルーツケーキ	413		●	●	●													●	●	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲
【プレゼント】たっぷりフルーツのプリン　ア　ラ　モード	452		●	●	●	▲		▲		▲			▲					●	●	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲
北海道みるくシューアイス	104		●	●	●													●										
ミルキーミルクレープ	272		●	●	●													●			●							
ミルクレープ	230		●	●	●					▲								●	▲	▲	●							
紫芋アイスモンブラン	164		●	▲	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲
モンブランアイス	172		●	▲	●	▲	▲			▲								●	▲	▲	▲	▲	▲		▲	▲		▲
夢のふわ雪　豊潤いちご	128				●																							
夢のふわ雪　豊潤いちご（練乳無し）	102	●																										
夢のふわ雪　抹茶	215				●													●										
夢のふわ雪　抹茶（練乳無し）	188																	●										
夢のふわ雪　マンゴー	145				●																							
夢のふわ雪　マンゴー（練乳無し）	118	●																										
あまざけ風サイダー	131	●																										
宇治抹茶入り緑茶	3	●																										
馬路村ゆずチューハイ	92	●																										
ジンジャーサイダー	51	●																										
スーパードライ（生）	160	●																										
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	●																										
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	●																										
みかん	74	●																										
めろんサイダー	112	●																										
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（宇和島店用）

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種のうち、松茸は全ての商品に含みません。
※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。

●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

2025年4月18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
あまだれ			●														●										
くら出汁			●										●				●			●							
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		●	●														●		●								
わさび	●																										

くら寿司アレルゲン・カロリー情報（宇和島店用）

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種のうち、松茸は全ての商品に含みません。
※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。

●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

2025年4月18日現在
ハンズ・ハンズ

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
アジデジ	135		●	●	●	●		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
エリソス	25			●				▲	▲									●										
エンサラダデフェリア	75		●	●				●	▲					▲		▲	▲	●		●	▲							
ガイヤーン	61		●	●	●											●		●										
鴨のロースト トリュフソース	102		▲	●	●	▲		▲	▲		●							●										
カリーヴルスト	151		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
カリフラワーナゲット	173		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
カルネアサード	53		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
カンジャンセウ	54			●				●						●				●		●						●		
キャッサバ芋フライ	144		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ケバブ	80		●	●	●										●	●	▲	●										
ココンダ	109			●														●										
サンデーロースト	48		▲	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
サンバルウダン	98		▲	●	▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
シャルティバルシチャイ	172		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
スープミート	249		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
スモーブロー	141		▲	●	●			▲		▲	▲		●	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲				▲		▲
セビーチェ	64			●														●										
ダウードバシャ	194		●	●	●										●	●	▲	●		●	▲			▲		▲		
タコのサラダ	50							▲			▲																	
ダブルス	155		▲	●	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	●	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲		▲
タリアータ	47			●	●										●	▲	▲	●		●								
チキンアドボ	87		●	●	●				▲					▲		●	▲	●			▲							
チキンムアンバ	136		●	●	●	●		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
チョフテ	103		●	●	●										●	●	▲	●		●								
チリクラブ	31		▲	●	▲	▲		▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
生春巻き	48							●																				
【ノルウェー産】サーモンカルパッチョ	67												●															
ハーリング	59			●														●										
パパクリオージャ オガオソース	79		▲	▲	▲	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ハバネロチキン	54		●	●	●											●		●										
ハモンセラーノ	31																●											
ハンバーガー	275		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ピアディーナ	105			●	●												●											
ピカンテデポジョ	75		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ファラフェル	140		●	▲	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
フライドティラピア	54		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ペスカド・コン・ココ	69		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ポキ	121			●														●		●						●		
ボクスティ	62		●	●	●													●	▲	●	▲					▲		
ポジョ・アサード	69		●	●	●											●		●										
マケロ	109			●										●				●										
マラコフ	244		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
ミートボール	197		●	●	●										●	●	▲	●		●	▲			▲		▲		
ミクロネシアンチキン	64		●	●	●											●		●										
ローストビーフ	49			●	●										●	●	▲			●								
ロパビエハ	54		●	●	●										●	●		●		●								

くら寿司アレルゲン・カロリー情報（宇和島店用）

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種のうち、松茸は全ての商品に含みません。
※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。

●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

2025年4月18日現在
ハンズ・ハンズ

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
アホ	144			▲	▲		▲											●										
アルファフォーレス	166		●	●	●		▲			▲								●	▲	▲						▲		▲
ウムアリ	121		●	●	●	▲		▲		▲			▲					●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
エッグタルト	176		●	●	●													●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		
カヌレ	174		●	●	●																							
キリパニ　※はちみつ使用	73				●													▲			●	●						
グアテマラコーヒーゼリー	104		▲	▲	●													●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
ケケ	363		●	●	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
月餅　※はちみつ使用	225		●	●	▲	▲				▲								●										
コーヒーゼリー	90		▲	▲	●													●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		▲
コーヒータルト	219		●	●	●													●	▲	▲	●	▲	▲		▲	▲		
コラックラブ	150			▲	▲		▲																					
チャキリ	117			●	●	▲				▲								▲		●	●	●						▲
バナナブレッドプリン　※はちみつ使用	120		●	●	●	▲		▲		▲			▲			▲	▲	●	▲	▲	●	●	▲		▲	▲		▲
パパナシ	367		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
パパロティ	172		▲	●	●					▲					▲			▲										
ベルギーワッフル　※はちみつ使用	141		●	●	●													●										
ポンデケージョ	127		●	●	●			▲	▲																			
マダガスカルバニラパンケーキ	134		●	●	●													●			●							
マラビ	94			▲	●		▲											●			▲							
ミスティ	386		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲
メープルパンケーキ	80		●	●	●													●										
ルカイマット	380		●	●	●	▲		▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	●	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲		▲