

一代 Menu

- ※ エネルギー(kcal)は原材料メーカーなど仕入れ先から得た分析値又は、八訂日本食品標準成分表に基づき算出した値を表示しており、絶対的なものではありません。
- ※ 付け合わせやスープの具材、漬け物など季節により変動しますので、あくまでお食事の際の参考値としてお考えください。
- ※ 店舗によってメニューが異なる場合があります。 ※ 一部商品は掲載していない場合があります。



一代御膳		エネルギー(kcal)	更新日
せいろ蕎麦	天ぷら①(海老・大葉ささみ・南瓜)・天ぷら②(ちーいか・季節天・ピーマン) 選べる鮑料理(下記3種類参照)、せいろ蕎麦、めかぶ明太子食べ放題	901 kcal	2026/7/31
ご飯・お味噌汁	天ぷら①(海老・大葉ささみ・南瓜)・天ぷら②(ちーいか・季節天・ピーマン) 選べる鮑料理(下記3種類参照)、ご飯・味噌汁、めかぶ明太子食べ放題	1094 kcal	2026/7/31
かけ蕎麦	天ぷら①(海老・大葉ささみ・南瓜)・天ぷら②(ちーいか・季節天・ピーマン) 選べる鮑料理(下記3種類参照)、かけ蕎麦、めかぶ明太子食べ放題	953 kcal	2026/7/31
	選べる鮑 お刺身	84 kcal	2026/7/31
	選べる鮑 煮付け	77 kcal	2026/7/31
	選べる鮑 天ぷら	278 kcal	2026/7/31

※あわび料理は、上記3種類の中からお選びください。明太子食べ放題はカロリーに含まれておりません。(10gあたり10.8kcal)

定食		エネルギー(kcal)	更新日
一代定食	天ぷら(海老・穴子・茄子・南瓜・ピーマン・季節天) しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1118 kcal	2026/7/31
お刺身と天ぷら定食	おまかせ刺身三種盛り・天ぷら(海老・鶏もも・南瓜・ピーマン・季節天)しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1164 kcal	2026/7/31
肉天定食	天ぷら(鶏もも2個・大葉ささみ・豚味噌漬け・茄子・南瓜・ピーマン)しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1423 kcal	2026/7/31
海老天定食	天ぷら(海老3尾・玉ねぎ・茄子・南瓜・ピーマン) しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1071 kcal	2026/7/31
ヘルシー天定食	天ぷら(れんこん・椎茸・玉ねぎ・大葉ささみ・茄子・南瓜・ピーマン)しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1046 kcal	2026/7/31
特上定食	天ぷら(海老・いか・うなぎ・大葉ささみ・季節天・椎茸・南瓜・海老と小柱のかき揚げ)しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1397 kcal	2026/7/31

※明太子食べ放題はカロリーに含まれておりません。(10gあたり10.8kcal)

天皿のみ		エネルギー(kcal)	更新日
一代天皿のみ	(海老・穴子・茄子・南瓜・ピーマン・季節天)	612 kcal	2026/7/31
肉天皿のみ	(鶏もも2個・大葉ささみ・豚味噌漬け・茄子・南瓜・ピーマン)	917 kcal	2026/7/31
海老天皿のみ	(海老3尾・玉ねぎ・茄子・南瓜・ピーマン)	565 kcal	2026/7/31
ヘルシー天皿のみ	(れんこん・椎茸・玉ねぎ・大葉ささみ・茄子・南瓜・ピーマン)	540 kcal	2026/7/31
特上天皿のみ	(海老・いか・うなぎ・大葉ささみ・季節天・椎茸・南瓜・海老と小柱のかき揚げ)	891 kcal	2026/7/31

天井		エネルギー(kcal)	更新日
一代天井	天井（海老・穴子・のり・南瓜・ピーマン・玉子） しじみの味噌汁、めかぶ明太子食べ放題	1111 kcal	2026/7/31
鰻天重	鰻天重・月見とろろ、しじみの味噌汁、めかぶ明太子食べ放題	1196 kcal	2026/7/31
肉天天井	天井（鶏もも2個・大葉ささみ・豚味噌漬け・南瓜・ピーマン） しじみの味噌汁、めかぶ明太子食べ放題	1394 kcal	2026/7/31
海老天井	天井（海老3尾・玉ねぎ・南瓜・ピーマン） しじみの味噌汁、めかぶ明太子食べ放題	1042 kcal	2026/7/31
ヘルシー天井	天井（大葉ささみ・れんこん・茄子・玉ねぎ・南瓜・ピーマン） しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1032 kcal	2026/7/31
特上天井	天井（海老・うなぎ・いか・大葉ささみ・海老と小柱のかき揚げ・南瓜・季節天） しじみの味噌汁、ご飯、めかぶ明太子食べ放題	1351 kcal	2026/7/31

※明太子食べ放題はカロリーに含まれておりません。（10gあたり10.8kcal）

冷たいお蕎麦		エネルギー(kcal)	更新日
板せいろ		328 kcal	2026/7/31
天盛りせいろ	天ぶら（海老・ちーいか・ピーマン・南瓜・季節天）	789 kcal	2026/7/31
上天盛りせいろ	天ぶら（海老2尾・ちーいか・ピーマン・南瓜・季節天）	876 kcal	2026/7/31
かき揚げ天せいろ	天ぶら（海老と小柱のかき揚げ）	520 kcal	2026/7/31
黒毛和牛 月見とろろせいろ		621 kcal	2026/7/31

温かいお蕎麦		エネルギー(kcal)	更新日
かけ蕎麦		379 kcal	2026/7/31
天盛り蕎麦	天ぶら（海老・ちーいか・ピーマン・南瓜・季節天）	1006 kcal	2026/7/31
上天盛り蕎麦	天ぶら（海老2尾・ちーいか・ピーマン・南瓜・季節天）	927 kcal	2026/7/31
かき揚げ山菜玉子とし蕎麦	天ぶら（海老と小柱のかき揚げ）	742 kcal	2026/7/31
海老天山菜玉子とし蕎麦	天ぶら（海老2尾）	756 kcal	2026/7/31
名物 山菜玉子とし蕎麦		535 kcal	2026/7/31

ミニ丼と蕎麦セット		エネルギー(kcal)	更新日
ミニ海老天丼と板せいろ	天ぶら（海老2尾・南瓜・ピーマン）	962 kcal	2026/7/31
ミニかき揚げ天丼と板せいろ	天ぶら（海老と小柱のかき揚げ）	817 kcal	2026/7/31
ミニ肉天丼と板せいろ	天ぶら（鶏もも・豚味噌漬け・ピーマン）	1065 kcal	2026/7/31
ミニ海老天丼とかけ蕎麦	天ぶら（海老2尾・南瓜・ピーマン）	1013 kcal	2026/7/31
ミニかき揚げ天丼とかけ蕎麦	天ぶら（海老と小柱のかき揚げ）	868 kcal	2026/7/31
ミニ肉天丼とかけ蕎麦	天ぶら（鶏もも・豚味噌漬け・ピーマン）	1116 kcal	2026/7/31
ミニ海老天丼と山菜玉子とし蕎麦	天ぶら（海老2尾・南瓜・ピーマン）	1231 kcal	2026/7/31
ミニかき揚げ天丼と山菜玉子とし蕎麦	天ぶら（海老と小柱のかき揚げ）	1086 kcal	2026/7/31
ミニ肉天丼と山菜玉子とし蕎麦	天ぶら（鶏もも・豚味噌漬け・ピーマン）	1334 kcal	2026/7/31

単品天ぷら	エネルギー(kcal)	更新日
いか	110 kcal	2026/7/31
きす	141 kcal	2026/7/31
海老	113 kcal	2026/7/31
うなぎ	155 kcal	2026/7/31
ちーいか甘煮	192 kcal	2026/7/31
穴子	204 kcal	2026/7/31
海老と小柱のかき揚げ	350 kcal	2026/7/31
鶏もも	178 kcal	2026/7/31
豚味噌漬け	276 kcal	2026/7/31
大葉ささみ	87 kcal	2026/7/31
南瓜	124 kcal	2026/7/31
ピーマン	55 kcal	2026/7/31
なす	79 kcal	2026/7/31
れんこん	73 kcal	2026/7/31
玉ねぎ	98 kcal	2026/7/31
さつま芋	127 kcal	2026/7/31
椎茸	63 kcal	2026/7/31
鮑の天ぷら	278 kcal	2026/7/31

一品	エネルギー(kcal)	更新日
北海たこわさび	275 kcal	2026/7/31
ホタルイカの沖漬け	40 kcal	2026/7/31
ガリトマト	24 kcal	2026/7/31
海鮮山かけ	70 kcal	2026/7/31
山芋月見とろろ	109 kcal	2026/7/31
鮑の煮付け	77 kcal	2026/7/31

刺身	エネルギー(kcal)	更新日
サーモン	125 kcal	2026/7/31
真鯛	99 kcal	2026/7/31
ぶり	125 kcal	2026/7/31
まぐろ 黄ニラ醤油	74 kcal	2026/7/31
鯖炙り	133 kcal	2026/7/31
お任せ刺身5種盛り	289 kcal	2026/7/31
お任せ刺身3種盛り	171 kcal	2026/7/31
鮑肝醤油	84 kcal	2026/7/31

ミニ丼	エネルギー(kcal)	更新日
ミニかき揚げ丼	651 kcal	2026/7/31
ミニ海老天丼	632 kcal	2026/7/31
ミニ肉天丼	557 kcal	2026/7/31
ミニ宇和島風鯛めし	444 kcal	2026/7/31

味噌汁・ご飯	エネルギー(kcal)	更新日
しじみの味噌汁	109 kcal	2026/7/31
岡山県産黄ニラの味噌汁	110 kcal	2026/7/31
ご飯	365 kcal	2026/7/31

アイス天	エネルギー(kcal)	更新日
ほうじ茶アイスの天ぷら～黒蜜添え～	196 kcal	2026/7/31
バニラアイスの天ぷら～ストロベリーソース添え～	208 kcal	2026/7/31

お持ち帰り		エネルギー(kcal)	更新日
めかぶ明太子130g		140 kcal	2026/7/31
一代天井	天井（海老・穴子・のり・南瓜・ピーマン・玉子）	995 kcal	2026/7/31
ヘルシー天井	天井（大葉ささみ・れんこん・茄子・玉ねぎ・南瓜・ピーマン	916 kcal	2026/7/31
肉天天井	天井（鶏もも2個・大葉ささみ・豚味噌漬け・南瓜・ピーマン）	1278 kcal	2026/7/31
海老天井	天井（海老3尾・玉ねぎ・南瓜・ピーマン）	926 kcal	2026/7/31
特上天井	天井（海老・うなぎ・季節天・大葉ささみ・いか・海老と小柱のかき揚げ・南瓜）	1268 kcal	2026/7/31
一代天重	天重（海老・穴子・のり・南瓜・ピーマン・玉子）	995 kcal	2026/7/31
ヘルシー重	天重（大葉ささみ・れんこん・茄子・玉ねぎ・南瓜・ピーマン	916 kcal	2026/7/31
肉天天重	天重（鶏もも2個・大葉ささみ・豚味噌漬け・南瓜・ピーマン）	1278 kcal	2026/7/31
海老天重	天重（海老3尾・玉ねぎ・南瓜・ピーマン）	926 kcal	2026/7/31
特上天重	天重（海老・うなぎ・季節天・大葉ささみ・いか・海老と小柱のかき揚げ・南瓜）	1268 kcal	2026/7/31
鰻天重	天重（鰻）・玉子焼・紅生姜	1269 kcal	2026/7/31
一代弁当	天ぷら（海老・穴子・季節魚・茄子・南瓜・ピーマン） ・めかぶ明太子・玉子焼・白ご飯	1022 kcal	2026/7/31
ヘルシー弁当	天ぷら（大葉ささみ・椎茸・れんこん・玉ねぎ・茄子・南瓜・ピーマン） めかぶ明太子・玉子焼・白ご飯	950 kcal	2026/7/31
肉天弁当	天ぷら（鶏もも2個・大葉ささみ・豚味噌漬け・茄子・南瓜・ピーマン） めかぶ明太子・玉子焼・白ご飯	1327 kcal	2026/7/31
海老弁当	天ぷら（海老3尾・玉ねぎ・茄子・南瓜・ピーマン） めかぶ明太子・玉子焼・白ご飯	975 kcal	2026/7/31
特上弁当	天ぷら（海老・うなぎ・季節天・大葉ささみ・いか・海老と小柱のかき揚げ・椎茸・南瓜）、めかぶ明太子・玉子焼・白ご飯	1301 kcal	2026/7/31