

# 生そばウエストメニューカロリー一覽

作成日2025/02/03

単品		
商品名	うどん	そば
かけ	318 Kcal	344 Kcal
月見	414 Kcal	440 Kcal
ごぼう天	463 Kcal	489 Kcal
丸天	512 Kcal	538 Kcal
かき揚げ	713 Kcal	739 Kcal
いか天	580 Kcal	606 Kcal
山かけ	348 Kcal	374 Kcal
海老天	561 Kcal	587 Kcal
牛肉	459 Kcal	485 Kcal
海鮮旨辛	761 Kcal	787 Kcal
ちくわ磯辺	624 Kcal	650 Kcal
豚肉	586 Kcal	612 Kcal
豚得	662 Kcal	688 Kcal
鴨南	489 Kcal	515 Kcal
紅生姜のかき揚げ	512 Kcal	538 Kcal
紅生姜と舞茸のかき揚げ	697 Kcal	723 Kcal
舞茸天	668 Kcal	694 Kcal
牛肉・ごぼう	611 Kcal	637 Kcal
海老天・月見	664 Kcal	690 Kcal
丸天・ごぼう	664 Kcal	690 Kcal

MIX	
商品名	Kcal
MIX月見	103 Kcal
MIXごぼう天	152 Kcal
MIX丸天	201 Kcal
MIXかき揚げ	402 Kcal
MIXいか天	269 Kcal
MIX山かけ	52 Kcal
MIX海老天	250 Kcal
MIX牛肉	148 Kcal
MIXちくわ	313 Kcal
MIX豚肉	268 Kcal
MIX豚得	344 Kcal
MIX鴨南	166 Kcal
MIX紅生姜のかき揚げ	201 Kcal
MIX紅生姜と舞茸のかき揚げ	386 Kcal
MIX舞茸	357 Kcal
MIXわかめ	14 Kcal
MIX温度玉子	103 Kcal
MIX刻みのり	12 Kcal

うどんセット		
商品名	温	冷
かき揚げ丼セット	998 Kcal	1029 Kcal
いか天丼セット	801 Kcal	832 Kcal
山かけ丼セット	708 Kcal	739 Kcal
海老天丼セット	795 Kcal	825 Kcal
カレーセット	872 Kcal	903 Kcal
玉子丼セット	668 Kcal	699 Kcal
かつ丼セット	994 Kcal	1025 Kcal
豚玉子とじ丼セット	894 Kcal	925 Kcal

そばセット		
商品名	温	冷
かき揚げ丼セット	1024 Kcal	1018 Kcal
いか天丼セット	826 Kcal	820 Kcal
山かけ丼セット	734 Kcal	727 Kcal
海老天丼セット	820 Kcal	814 Kcal
カレーセット	898 Kcal	892 Kcal
玉子丼セット	727 Kcal	721 Kcal
かつ丼セット	1020 Kcal	1014 Kcal
豚玉子とじ丼セット	919 Kcal	913 Kcal

ミニ丼	
商品名	Kcal
ミニかき揚げ丼	789 Kcal
ミニいか天丼	506 Kcal
ミニ山かけ丼	413 Kcal
ミニ海老天丼	500 Kcal
ミニ玉子丼	373 Kcal
ミニかつ丼	700 Kcal
ミニ豚玉子とじ丼	599 Kcal

※蕎麦については 1玉計算【100g】

温そば1玉追加で	270 Kcal	プラス
冷そば1玉追加で	245 Kcal	プラス

ぶっかけ		
商品名	うどん	そば
おろしぶっかけ	406 Kcal	394 Kcal
海老天ぶっかけ	616 Kcal	604 Kcal
温玉ぶっかけ	470 Kcal	458 Kcal
豚玉ぶっかけ	667 Kcal	655 Kcal
豚おろしぶっかけ	587 Kcal	575 Kcal

ざる		
商品名	うどん	そば
ざる	328 Kcal	316 Kcal
天ざる	752 Kcal	740 Kcal
かき揚げ天ざる	672 Kcal	660 Kcal
野菜天ざる	694 Kcal	682 Kcal
紅生姜と舞茸のかき揚げ天ざる	993 Kcal	981 Kcal
紅生姜のかき揚げ天ざる	619 Kcal	607 Kcal

単品丼	
商品名	Kcal
かき揚げ丼	814 Kcal
海老天丼	573 Kcal
かつ丼	1026 Kcal
カレーライス	635 Kcal

ご飯もの	
商品名	Kcal
白にぎり一皿	294 Kcal
高菜葉巻一皿	406 Kcal
白ご飯	317 Kcal