<アレルギーについて>
・この表は国が「食品表示基準」にて定める「特定原材料」及び「特定原材料に準ずるもの」28品目のうち、原材料に含まれるアレルゲンに○印を表示しています。
・アレルゲンに対する反応は個人によって差があり、この表はお客さまにアレルギー症状が発症しないことを保証するものではありません。お客さまご自身が専門医にご相談のうえ、ご判断ください。
・28品目以外のアレルゲンのご案内は行っておりません。
・食材の変更や取り除く等のアレルゲン除去対応は行っておりません。
・店内では、○印以外のアレルゲンを含む原材料と共通の設備、調理器具等を使用し調理しているため、意図せずアレルゲンの混入（コンタミネーション）が生じています。
<カロリーについて>
・商品のカロリーは、１食当たりのkcal単位で表記しています。
・日本食品標準成分表等及びレシピ等に基づいた計算値ですので、実際の商品には誤差が出る場合があります。
<その他>
・お客さまご自身のお好みで追加していただく調味料やトッピング等のカロリー・アレルゲンは、商品と組み合わせてご確認ください。
・商品は一部、都合により販売をしていない場合があります。
・酒類（いわゆるノンアルコール飲料を含む）のカロリー・アレルゲンについてはご案内を行っておりません。また、この表に掲載のないメニューについては、カロリー・アレルゲンのご案内ができない場合があります。

<About allergies>
・This table indicates allergens present in raw materials specified by Japanese regulations. Among the 28 items, the allergens contained in the ingredients are marked with a circle.
・Allergic reactions differ to each individuals , so this list does not guarantee that allergic reactions will not occur. If you have serious allergies we recommend to consult your doctor before purchasing our food products.
・We are only able to provide information about allergies to 28 specific items.
・We do not offer allergy-related services, such as changing or removing ingredients.
・Our restaurant uses the same equipment and utensils for cooking raw materials that contain allergens other than marked by circle. So allergen contamination has occurred unintentionally.
<About calories>
・Product calories are expressed in kcal units per meal.
・Figures are calculated values based on the Japanese Food Standard Composition Table and recipes, so there may be errors in the actual product.
<Others>
・Please check the calories and allergens such as seasonings and toppings that you add your preference, in combination with the product.
・Some products may be unavailable for sale due to unforeseen circumstances.
・We do not provide information on calories or allergies of alcoholic beverages. Additionally, we may not be able to provide calorie and allergic information for unlisted menus in this table.

※そばとうどんは、同じ釜で茹でておりますのでご注意ください。
※「大盛（特盛）増量分」のカロリーは、通常サイズにプラスしてご確認ください。
※朝食時間帯以外のセット商品は単品を組み合わせてご確認ください。

・Soba and udon are boiled in the same pot.
・Please check the calories of the "large portion" by adding it to the regular size.
・Check the combination of single items for set items, other than the breakfast menu.

商品名称	カロリー	アレルゲン																												
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																				
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																													
【季節メニュー】																														
青森県産帆立と舞茸のかき揚げそば	**693**				○	○	○													○	○									
青森県産帆立と舞茸のかき揚げうどん	**575**				○		○													○	○									
冷し青森県産帆立と舞茸のかき揚げそば	**686**				○	○	○													○	○									
冷し青森県産帆立と舞茸のかき揚げうどん	**569**				○		○													○	○									
月見とろろなめこそば	**487**				○	○	○													○	○						○			
月見とろろなめこうどん	**370**				○		○													○	○						○			
冷し月見とろろなめこそば	**480**				○	○	○													○	○						○			
冷し月見とろろなめこうどん	**363**				○		○													○	○						○			
そば屋の豚肉カレーそば	**617**				○	○											○			○	○	○		○						
そば屋の豚肉カレーうどん	**500**				○												○			○	○	○		○						
そば屋のカレーそば	**481**				○	○											○			○	○	○								
そば屋のカレーうどん	**363**				○												○			○	○	○								
そば屋の半熟たまごカレーそば	**543**				○	○	○										○			○	○	○								
そば屋の半熟たまごカレーうどん	**426**				○		○										○			○	○	○								
そば屋のコロッケカレーそば	**688**				○	○		○									○			○	○	○								
そば屋のコロッケカレーうどん	**570**				○			○									○			○	○	○								

商品名称	カロリー	アレルゲン																														
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																							
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン			
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin			
	1食当たり (kcal)																															
小海老天と白菜のかき揚げそば	725	○			○	○	○													○	○											
小海老天と白菜のかき揚げうどん	608	○			○		○													○	○											
小海老天と白菜の冷しかき揚げそば	718	○			○	○	○													○	○											
小海老天と白菜の冷しかき揚げうどん	601	○			○		○													○	○											
単品　なめこ	3																															
単品　とろろ	38																										○					
単品　青森県産帆立と舞茸のかき揚げ	313				○		○														○											
単品　小海老天と白菜のかき揚げ	345	○			○		○														○											
【朝食メニュー】																																
朝食そば（温）	627				○	○	○													○	○											
朝食そば（冷）	620				○	○	○													○	○											
朝食うどん（温）	509				○		○													○	○											
朝食うどん（冷）	503				○		○													○	○											
朝定食（温そば）	601				○	○	○													○	○											
朝定食（冷そば）	603				○	○	○													○	○											
朝定食（温うどん）	543				○		○													○	○											
朝定食（冷うどん）	545				○		○													○	○											

商品名称	カロリー	アレルゲン																												
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																				
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																													
納豆朝定食　温そば	**677**				○	○	○													○	○							○	
納豆朝定食　冷そば	**680**				○	○	○													○	○							○	
納豆朝定食　温うどん	**619**				○		○													○	○							○	
納豆朝定食　冷うどん	**621**				○		○													○	○							○	
ミニ明太子丼セット　温そば	**633**				○	○														○	○								○
ミニ明太子丼セット　冷そば	**626**				○	○														○	○								○
ミニ明太子丼セット　温うどん	**515**				○															○	○								○
ミニ明太子丼セット　冷うどん	**508**				○															○	○								○
【定番そばメニュー】																													
かけそば	**380**				○	○														○	○								
ざるそば	**369**				○	○														○	○								
冷しぶっかけそば	**373**				○	○														○	○								
かき揚げそば	**706**				○	○	○													○	○								
冷しかき揚げそば	**699**				○	○	○													○	○								
かき揚げ天玉そば	**784**				○	○	○													○	○								
冷しかき揚げ天玉そば	**777**				○	○	○													○	○								
コロッケそば	**586**				○	○		○									○			○	○								

商品名称	カロリー	アレルゲン																												
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																				
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																													
冷しコロッケそば	**580**				○	○		○									○			○	○									
ちくわ天そば	**557**				○	○	○													○	○									
冷しちくわ天そば	**550**				○	○	○													○	○									
豚肉そば	**538**				○	○														○	○	○		○						
たぬきそば	**561**				○	○	○													○	○									
冷したぬきそば	**555**				○	○	○													○	○									
きつねそば	**489**				○	○														○	○									
冷しきつねそば	**483**				○	○														○	○									
山菜そば	**400**				○	○														○	○									
冷し山菜そば	**393**				○	○														○	○									
わかめそば	**384**				○	○														○	○									
冷しわかめそば	**378**				○	○														○	○									
鴨そば	**504**				○	○														○	○									
鴨つけそば	**491**				○	○														○	○									
そば大盛り（増量分）※カロリーは通常サイズにプラスしてご確認ください	**168**				○	○															○									
そば特盛り（増量分）※カロリーは通常サイズにプラスしてご確認ください	**336**				○	○															○									
【定番うどんメニュー】																														

商品名称	カロリー	アレルゲン																														
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																							
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン			
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin			
	1食当たり (kcal)																															
かけうどん	262				○															○	○											
ざるうどん	251				○															○	○											
冷しぶっかけうどん	255				○															○	○											
かき揚げうどん	588				○		○													○	○											
冷しかき揚げうどん	582				○		○													○	○											
かき揚げ天玉うどん	667				○		○													○	○											
冷しかき揚げ天玉うどん	660				○		○													○	○											
コロッケうどん	469				○			○									○			○	○											
冷しコロッケうどん	462				○			○									○			○	○											
ちくわ天うどん	440				○		○													○	○											
冷しちくわ天うどん	433				○		○													○	○											
豚肉うどん	421				○															○	○	○		○								
たぬきうどん	444				○		○													○	○											
冷したぬきうどん	437				○		○													○	○											
きつねうどん	372				○															○	○											
冷しきつねうどん	365				○															○	○											
山菜うどん	282				○															○	○											

商品名称	カロリー	アレルゲン																												
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																				
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																													
冷し山菜うどん	275				○															○	○									
わかめうどん	267				○															○	○									
冷しわかめうどん	260				○															○	○									
鴨うどん	387				○															○	○									
鴨つけうどん	374				○															○	○									
うどん大盛り（増量分）※カロリーは通常サイズにプラスしてご確認ください	109				○																									
うどん特盛り（増量分）※カロリーは通常サイズにプラスしてご確認ください	219				○																									
【ごはんメニュー】																														
カツ丼（スープ付）※エキソト店舗除く	981				○		○													○	○			○						
カツ丼（セット用）※エキソト店舗除く（セットにした商品と組み合わせて参照してください）	963				○		○														○			○						
カレーライス	463				○												○				○	○								
単品ミニカツ丼※エキソト店舗除く	561				○		○														○			○						
単品ミニかき揚げ丼	573				○		○														○									
単品ミニカレー丼	316				○												○				○	○								
単品ミニ明太子丼	253				○																○									○
単品　ミニ豚丼（生姜焼き）	474				○		○							○							○	○		○				○		

商品名称	カロリー	アレルゲン																												
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																				
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																													
単品　いなり（2個）	**207**				○																○									
単品ライス	**235**																													
【単品メニュー】																														
単品かき揚げ	**326**				○		○														○									
単品ちくわ天	**177**				○		○														○									
単品たまご	**78**						○																							
単品半熟たまご	**62**						○																							
単品わかめ	**5**																													
単品たぬき	**182**				○		○														○									
単品きつね	**110**				○																○									
単品山菜	**20**				○																○									
単品コロッケ	**207**				○			○									○				○									
単品豚肉	**159**				○																○	○		○						
単品おろし	**10**																													
単品納豆	**76**				○																○							○		
単品薬味ねぎ	**6**																													
単品刻み海苔	**8**																													

商品名称	カロリー	アレルゲン																													
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																					
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																														
単品カツ	432				○		○														○			○					
単品カツ煮※エキソト店舗除く	571				○		○														○			○					
単品鴨肉	125				○																○								
【季節単品メニュー】																													
単品もつ煮	270				○													○			○			○					
【卓上品】																													
七味唐辛子（卓上）カロリーは1gあたり	4																	○											
いりごま白（卓上）カロリーは1gあたり	6																	○											
ヤマサ醤油（卓上）カロリーは5ccあたり	4				○																○								
キッコーマン醤油（卓上）カロリーは5ccあたり	5				○																○								
だし醤油（卓上）カロリーは5ccあたり	8				○															○	○								
【店舗限定メニュー】																													
肉ねぎ汁うどん	550				○															○	○	○		○					
肉ねぎ汁うどん２倍盛り	966				○															○	○	○		○					
むさしのもりうどん	457				○															○	○								
むさしのもりうどん２倍盛り	879				○															○	○								

商品名称	カロリー	アレルゲン																														
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																						
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																													
川口カレーせいろ（そば）	**758**				○	○											○			○	○	○		○					
川口カレーせいろ（うどん）	**640**				○												○			○	○	○		○					
【エキソト（新高円寺店、人形町店）限定メニュー】																													
【エキソト（新高円寺店、人形町店）限定　そばメニュー】																													
まんぷく天そば	**870**	○			○	○	○													○	○								
冷しまんぷく天そば	**863**	○			○	○	○													○	○								
海老天そば	**684**	○			○	○	○													○	○								
冷し海老天そば	**678**	○			○	○	○													○	○								
冷しおろしそば	**386**				○	○														○	○								
月見そば	**458**				○	○	○													○	○								
冷し月見そば	**451**				○	○	○													○	○								
〆のそば（冷）	**195**				○	○														○	○								
〆のそば（温）	**193**				○	○														○	○								
揚げたて大きなかき揚げそば	**786**				○	○	○													○	○								
揚げたて大きな冷しかき揚げそば	**779**				○	○	○													○	○								
【エキソト（新高円寺店、人形町店）限定　うどんメニュー】																													

商品名称	カロリー	アレルゲン																												
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																				
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin
	1食当たり (kcal)																													
まんぷく天うどん	753	○			○		○													○	○									
冷しまんぷく天うどん	746	○			○		○													○	○									
海老天うどん	567	○			○		○													○	○									
冷し海老天うどん	560	○			○		○													○	○									
冷しおろしうどん	269				○															○	○									
月見うどん	340				○		○													○	○									
冷し月見うどん	334				○		○													○	○									
揚げたて大きなかき揚げうどん	669				○		○													○	○									
揚げたて大きな冷しかき揚げうどん	662				○		○													○	○									
【エキソト（新高円寺店、人形町店）限定　ごはんメニュー】																														
カツカレー	894				○		○										○				○	○		○						
ミニ海老天丼	459	○			○		○														○									
海老天丼	737	○			○		○														○									
まんぷく天丼	870	○			○		○														○									
カツ丼（スープ付）※エキソト	980				○		○													○	○			○						
カツ丼（セット用）※エキソト（セットにした商品と組み合わせて参照してください）	962				○		○														○			○						

商品名称	カロリー	アレルゲン																														
		特定原材料 8品目								特定原材料に準ずるもの 20品目																						
		えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳成分	落花生	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイフルーツ	牛肉	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	マカダミアナッツ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン			
		Shrimp	Crab	Walnut	Wheat	Buckwheat	Egg	Milk ingredients	Peanut	Almond	Abalone	Squid	Salmon roe	Orange	Cashew nut	Kiwi fruit	Beef	Sesame	Salmon	Mackerel	Soybean	Chicken	Banana	Pork	Macadamia nut	Peach	Wild yam	Apple	Gelatin			
	1食当たり (kcal)																															
単品ミニカツ丼 ※エキソト	560				○		○														○			○								
単品ミニカツカレー丼	533				○		○										○				○	○		○								
【エキソト（新高円寺店、人形町店）限定　単品メニュー】																																
単品　海老天	101	○			○		○														○											
単品　カツ煮 ※エキソト	570				○		○														○			○								
そば屋の揚げ出し豆腐	237				○	○														○	○											
とろっと半熟揚げ出したまご	336				○		○											○		○	○											
わさび香るおつまみ鴨ねぎ	139				○															○	○											
揚げししとうおかかまみれ	37				○															○	○											
やみつき揚げそば	111				○	○															○											
たぬき冷奴	133				○		○													○	○											
枝豆	126																				○											
鶏の竜田揚げ	395				○		○	○													○	○										
単品　揚げたて大きなかき揚げ	405				○		○														○											
塩（卓上）カロリーは1gあたり	0																															