

## イデカフェメニュー別 カロリー・アレルギー情報

※表示している「アレルギー物質」の項目は食品衛生法にて表示が義務付けられている8品目と、アレルギーを引き起こす可能性のある食品で、それらが原材料に含まれている場合に表示が推奨されている20品目について表示しております。

※法令で規定する特定原材料の7品目

「卵」「乳」「小麦」「えび」「かに」「そば」「落花生」「くるみ」

※表示を推奨する特定原材料に準ずる21品目

「大豆」「牛肉」「鶏肉」「豚肉」「あわび」「いか」「いくら」「さけ」「さば」「オレンジ」「キウイフルーツ」「もも」「りんご」「バナナ」「松茸」「やまいも」「ゼラチン」「ゴマ」「カシューナッツ」「アーモンド」

※店舗内製造時、調理盛付けの際には細心の注意を払っていますが、他の特定原材料が微量混入するおそれがあります。

※アレルギー物質に対する反応には個人差があり、微量な混入でも発症することがあります。判断は、専門医にご相談のうえ、お客様ご自身でご判断いただきますようお願い申し上げます。

※商品の改良・規格変更に伴い、予告無く使用原材料を変更する場合がございます。情報は随時変更しておりますのでご確認ください。  
※カロリーの計算方法は「5訂日本食品標準成分表」準拠に基づき、各食材の保持カロリーの合算によりカロリー表示を行っております。

メニュー名	カロリー(kcal)	食塩相当量(g)	特定原材料(8大アレルゲン)								推奨20品目
			卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	
<b>オムライス/ドリア/ピラフ</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
イデオム	1014.5	2.8	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉
イデオムホワイトソース	1002.0	2.8	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ゴマ
イデオムビーフカレー	1008.0	2.3	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご ゼラチン
ミートドリア	920.0	3.2	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉
海老ドリア	983.7	3.0	---	●	●	---	●	---	---	---	大豆 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン・ゴマ
海老ピラフ	768.3	1.7	---	●	---	---	●	---	---	---	大豆 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン・ゴマ
<b>スパゲッティ</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
牛100%手作りミートソース	950.8	5.7	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉
昭和風ナポリタン	765.0	6.0	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉
茄子のアラビアータ	632.3	3.0	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ゴマ
ほうれん草のクリーム	870.3	3.2	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ゴマ
濃厚カルボナーラ	722.2	4.8	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉
明太子クリーム	684.4	5.4	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 さば
チーズミートソース	617.3	4.1	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ゼラチン
<b>カレー他</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
じっくり煮込んだビーフカレー	552.0	2.4	●	●	●	---	---	---	---	---	牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン
ローズカツカレー	774.8	3.5	●	●	●	---	---	---	---	---	牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン
ヒレカツカレー	662.9	3.2	●	●	●	---	---	---	---	---	牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン
有頭エビフライカレー	685.1	3.2	●	●	●	---	●	---	---	---	牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン
ハムカツカレー	744.5	3.8	●	●	●	---	---	---	---	---	牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン
札幌スープカレー	1105.3	2.0	●	●	●	---	---	---	---	---	牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン ゴマ
焼きチーズカレー	648.0	3.0	●	●	●	---	---	---	---	---	牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ゼラチン
<b>牛100%ハンバーグ</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
デミグラスチーズハンバーグ	1113.6	2.7	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉
和風おろし大根ハンバーグ	1057.0	3.9	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉
<b>合い挽きハンバーグその他肉料理</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
デミグラスチーズ・ハンバーグ	984.6	2.7	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉 りんご
和風おろし大根・ハンバーグ	928.0	3.9	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉
生姜焼きプレート	729.0	4.5	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉
ガパオプレート	804.3	3.5	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・牛肉・豚肉
ヤンニョムチキンプレート	591.1	3.2	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・鶏肉・サバ・アーモンド
焼肉定食	1057.0	2.2	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉 りんご
<b>サンドイッチ</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
BLTサンド	536.3	3.0	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉 りんご ごま
ベーコンチーズサンド	484.8	2.9	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉 ごま
エビアボカドサンド	482.9	1.8	●	●	●	---	●	---	---	---	大豆 ごま
胚芽パンのホットドッグ	290.0	1.4	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉 りんご ゼラチン
イチサン(ミックスサンド)	694.5	3.9	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・豚肉・りんご・ゼラチン
チーズバーガー・ポテトセット	801.6	2.9	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 りんご
えびカツバーガー・ポテトセット	730.0	2.8	●	●	●	---	●	---	---	---	大豆 豚肉
照り焼きバーガー・ポテトセット	886.3	4.0	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・オレング・りんご・ゴマ
ハムカツバーガー・ポテトセット	730.0	2.8	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・豚肉・りんご
<b>セット・トッピング</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
ライス	302.6	0.0	---	---	---	---	---	---	---	---	---
トースト	313.0	1.3	●	●	●	---	---	---	---	---	---
目玉焼き	130.0	0.0	●	---	---	---	---	---	---	---	---
ソーセージ	88.5	0.6	●	●	●	---	---	---	---	---	豚肉 ゼラチン
有頭エビフライ	70.0	0.5	●	●	●	---	●	---	---	---	大豆
チーズ	67.0	0.6	---	●	---	---	---	---	---	---	---
<b>サラダ・スナック</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
野菜サラダ	109.9	1.1	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉
フライドポテト	320.0	0.8	---	---	●	---	---	---	---	---	---
チキンナゲット	362.2	1.5	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・鶏肉・りんご・バナナ
ポテナゲ	440.1	1.3	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・鶏肉・りんご・バナナ
ヤンニョムチキン	591.1	3.2	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・鶏肉・サバ・アーモンド
<b>モーニングメニュー</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
コンチネンタルセット	878.0	3.0	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉 ゼラチン
ベーコンチーズサンド	484.8	2.9	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉 ごま
トーストセット(マーガリンのみ)	357.5	0.7	●	●	●	---	---	---	---	---	---
トーストセット(マーガリンとあずき)	387.5	0.8	●	●	●	---	---	---	---	---	---
トーストセット(マーガリンと苺ジャム)	386.5	0.7	●	●	●	---	---	---	---	---	---
トーストセット(タマゴサラダ)	425.5	0.8	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 りんご ゼラチン
コーンスープセット	457.5	2.0	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 豚肉 鶏肉 ゼラチン
セットスープ			●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 牛肉 豚肉 鶏肉 ゼラチン ゴマ
<b>プレミアムワッフル</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
5種フルーツのワッフル	470.8	0.8	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆 バナナ キウイ オレンジ
メープルソースワッフル	455.2	0.8	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆
<b>お子様プレート</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
キッズプレート ハンバーグ	602.6	2.2	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・豚肉・牛肉・ゼラチン
キッズプレート ミートソース	686.0	3.2	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・牛肉・ゼラチン・りんご
<b>パフェ・スイーツ</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
いちごパフェ	387.26	0.42	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・りんご・ゼラチン
5種フルーツパフェ	402.50	0.40	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・バナナ・キウイ・オレンジ・ゼラチン
チョコバナナパフェ	540.30	0.41	●	●	●	---	●	---	---	---	大豆・バナナ
コーヒゼリー	186.0	0.2	---	---	---	---	---	---	---	---	ゼラチン
クリームあんみつ	464.8	0.6	---	---	---	---	---	---	---	---	大豆
<b>シーズンメニュー</b>	<b>カロリー</b>	<b>食塩相当量</b>	<b>卵</b>	<b>乳</b>	<b>小麦</b>	<b>そば</b>	<b>落花生</b>	<b>えび</b>	<b>かに</b>	<b>くるみ</b>	<b>推奨20品目</b>
イデオム 菜の花のクリームソース	1022.0	2.0	●	●	●	---	---	---	---	---	大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ゼラチン・ごま
菜の花と海老のペペロン	702.9	4.0	●	●	●	---	---	●	---	---	大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ゼラチン・ごま・さば

