2026年 11月改訂

株式会社美登利ホールディングス

衛生管理室 作成

寿司の美登利 成分表

（立ち店）

【 成分表について 】

※表示値は目安です。

※セットメニューに付いている
味噌汁・茶碗蒸し・ミニかにみそサラダ
デザート等は測定値に含まれていません。

美登利自慢のセットメニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
季節の 板さんおまかせにぎり	※季節により内容が変更になりますので、詳しくはスタッフにお問い合わせください。					
超特選にぎり	472	781	12.7	15.6	147.4	2.83
特上にぎり	409	724	19.3	16.6	124.4	2.05
上にぎり	355	617	14.1	12.1	112.8	2.48
お子様にぎり	272	457	9.5	5.8	91.8	2.18

名古屋栄三越店の限定メニュー

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
三つ星セット	427	766	16.8	32	102.5	2.56
海鮮ひつまぶし	406	673	11.9	11.1	131.5	1.63

美登利自慢の鮪メニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
極上まぐろづくし	406	711	55.7	16.2	85.1	2.44
極上まぐろづくし ハーフ	304	532	41.7	12.1	63.7	1.83
特選まぐろちらし	470	789	55.2	12.2	114.2	2.35
極上大トロ	34	89	5.9	3.3	8.9	0.11
極上中トロ	34	80	5.7	2.6	8.4	0.10
まぐろ赤身	34	49	2.3	0.3	9.2	0.09
づけまぐろ	34	52	3.0	0.3	9.3	0.21
炙りトロ	34	79	3.5	3.7	7.9	0.12
まぐろ切落し軍艦	39	91	7.2	3.2	8.3	0.20
ねぎトロ軍艦	36	63	3.2	0.7	10.9	0.13
まぐろすじ	26	66	4.9	2.9	5.0	0.09

美登利の名物メニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
元祖穴子（一本付）	150	247	8.8	7.9	35.4	1.20
鯖の棒ずし	550	935	47.5	47.5	79.3	2.84
大名美登利巻	1400	1720	47.0	51.0	268.2	4.80
びっくりすじこ	70	96	3.8	1.3	17.2	0.63
大名さば	40	110	6.9	6.5	6.2	0.21
ゆず味噌いなり	48	95	5.3	2.5	12.8	0.39

美登利のづくしメニュー

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
貝づくし	132	197	4.8	2.5	38.8	0.53
ヒカリものづくし	248	442	22.4	10.9	63.5	1.53
炙りづくし	159	316	10.1	11.2	44.1	1.46
塩レモンづくし	118	180	7.4	1.6	34.1	0.95
サーモンづくし	183	362	21.4	8.0	51.4	1.46

美登利のお好みメニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
プレミアム						
極上うに	34	59	2.8	0.8	10.3	0.14
むきたて赤貝	46	63	1.1	0.6	13.3	0.19
むきたてほっき貝	96	128	1.5	2.1	25.8	0.38
むきたてほたて	51	59	0.3	1.0	12.2	0.20
白身						
かんぱち	34	65	2.8	1.7	9.6	0.09
たい	31	41	0.9	0.2	8.9	0.09
カレイのエンガワ	36	125	5.3	8.2	7.5	0.10
しまあじ	28	52	2.6	1.0	8.1	0.10
ひらめ（季節商品）	26	32	0.4	0.2	7.2	0.08
ひらめのエンガワ（季節商品）	35	59	3.2	1.1	9.2	0.18
ヒカリもの						
こはだ	26	47	3.3	0.9	6.5	0.09
あじ	31	48	1.6	0.7	8.9	0.10
大名さば	40	110	6.9	6.5	6.2	0.21
いわし	36	55	3.6	0.4	9.3	0.11
炙りトロさば	40	93	7.7	4.3	5.8	0.52

美登利のお好みメニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
海老・蟹						
ボイル海老	26	40	2.7	0.5	6.3	0.08
大赤海老	41	44	1.1	0.2	9.5	0.11
しゃこ	26	45	4.0	0.7	5.6	0.09
生ずわい蟹	31	48	3.1	0.5	7.8	0.10
ほたん海老	66	63	3.2	0.2	12.1	0.13
活車海老	43	*	*	*	*	*
白海老	26	38	1.6	0.2	7.6	0.10
海老アボカド	41	79	6.0	2.4	8.2	0.25
貝						
白みる貝のひも	26	37	1.0	0.2	7.7	0.10
青やぎ	24	34	0.8	0.2	7.4	0.09
赤貝のひも	31	45	1.2	0.4	9.2	0.12
とり貝	24	38	1.3	0.2	7.7	0.09
ほたて	31	34	0.3	0.2	7.7	0.08
白みる貝	26	32	0.4	0.1	7.3	0.08
たいら貝 （季節商品）	26	31	0.4	0.2	6.8	0.07
ほっき貝	26	33	0.6	0.2	7.4	0.08
小柱（季節商品）	26	38	1.1	0.3	7.8	0.10

美登利のお好みメニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
赤貝	26	34	0.7	0.2	7.3	0.08
つぶ貝	26	35	1.1	0.3	7.0	0.07
あわび	26	35	0.7	0.2	7.7	0.07
サーモン						
生サーモン	46	82	3.7	1.8	12.8	0.14
炙りサーモン	38	87	5.2	3.8	8.0	0.19
漬けサーモン	45	62	2.4	0.6	11.5	0.36
炙りサーモンチーズ	49	93	5.4	3.3	10.2	0.30
炙り						
炙り海老チーズ	34	67	3.8	2.4	7.5	0.21
炙りトロさば	40	93	7.7	4.3	5.8	0.52
炙りトロ	34	79	3.5	3.7	7.9	0.12
炙りほたて	40	52	1.3	0.4	10.7	0.16
炙りエンガワ	36	120	7.9	6.9	6.5	0.15
炙り中トロ	34	68	2.1	1.9	10.7	0.12
炙り大トロ	34	70	2.4	2.1	10.5	0.13

美登利のお好みメニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
軍艦						
味付けのり	26	47	3.3	2.3	3.4	0.65
とびっこ	26	38	1.4	0.1	8.0	0.21
活たこの吸盤	26	37	1.5	0.1	7.6	0.10
納豆	26	56	3.5	2.6	4.6	0.09
塩辛	26	42	2.0	0.2	8.0	0.34
明太子	26	38	1.7	0.3	7.2	0.34
かにみそ	26	62	4.8	2.0	6.3	0.28
まぐろ切落し	39	91	7.2	3.2	8.3	0.20
ねぎトロ	36	63	3.2	0.7	10.9	0.13
白子（季節商品）	31	44	2.9	0.0	8.0	0.09
あん肝	31	96	7.4	6.2	2.6	0.16
いくら	26	40	1.6	0.3	7.6	0.18
うに	31	51	2.7	0.5	8.8	0.12
白海老	26	38	1.6	0.2	7.6	0.10

美登利のお好みメニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
たこ・いか						
ボイルたこ	26	39	1.8	0.6	6.7	0.08
ボイルげそ	26	40	2.7	0.3	6.6	0.07
季節のいか	36	44	0.8	0.1	10.1	0.11
活たこ	28	41	1.8	0.5	7.3	0.08
野菜						
アボカド	31	95	2.9	8.5	1.8	0.07
芽ねぎ	24	42	3.6	1.9	2.6	0.06
しいたけ	26	35	2.3	1.0	4.2	0.09
その他						
玉子にぎり	51	85	6.2	3.5	7.2	0.16
大玉子	156	215	17.0	5.8	23.7	0.62
子持ち昆布	36	48	1.1	0.1	10.8	0.25
特大数の子	61	72	1.3	0.1	16.3	0.85

美登利の巻物メニュー

たち店

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
スーパーねぎトロ	185	291	5.1	4.7	57.2	0.79
カリフォルニアロール	220	359	9.7	13.0	50.7	1.10
ノルウェーロール	165	287	9.2	9.1	42.1	0.83
レッドロール	180	349	11.1	11.1	51.2	1.44
穴キュウロール	200	344	7.4	6.8	63.2	1.20
太巻き	350	579	8.3	9.9	114.2	2.45

品名		重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
トロタク	手巻き	68	133	5.4	3.8	19.2	0.28
	細巻き	136	276	9.2	9.3	38.9	0.68
大トロ	手巻き	63	135	6.1	4.6	17.5	0.26
	細巻き	126	247	8.9	7.3	36.5	0.57
中トロ	手巻き	63	126	4.6	3.8	18.3	0.25
	細巻き	126	237	7.6	6.6	36.9	0.56
ねぎトロ	手巻き	75	117	2.5	2.2	21.7	0.44
	細巻き	150	239	2.6	3.5	49.3	0.98

美登利の巻物メニュー

たち店

品名		重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
かにみそ	手巻き	75	133	5.7	2.0	23.1	0.45
	細巻き	120	235	12.4	4.4	36.4	0.87
穴きゅう	手巻き	71	134	4.6	5.1	17.4	0.57
	細巻き	142	261	8.6	6.2	42.6	0.71
ひもきゅう	手巻き	61	95	4.3	1.0	17.3	0.43
	細巻き	122	192	9.4	2.0	34.1	0.63
海老きゅう	手巻き	61	94	4.9	0.6	17.2	0.31
	細巻き	121	203	5.5	3.7	36.8	0.61
鉄火	手巻き	55	83	2.5	1.2	15.4	0.28
	細巻き	110	179	4.4	3.1	33.3	0.44
かんぴょう	手巻き	55	109	4.9	3.5	14.5	0.20
	細巻き	110	204	8.1	5.2	31.1	0.41
かっぱ	手巻き	58	114	3.0	2.4	20.1	0.10
	細巻き	116	192	5.3	3.4	35.1	0.13
お新香	手巻き	65	114	3.6	2.7	18.7	0.46
	細巻き	130	230	6.9	5.0	39.4	0.78
山ごぼう	手巻き	55	96	2.7	2.3	16.1	0.55
	細巻き	110	194	6.7	5.4	29.6	0.61

美登利の巻物メニュー

たち店

品名		重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
納豆	手巻き	55	122	4.7	3.6	17.7	0.28
	細巻き	110	227	8.3	5.8	35.3	0.44
明太子	手巻き	57	105	6.9	1.3	16.6	0.52
	細巻き	113	189	12.6	1.7	30.7	1.24
梅きゅう	手巻き	60	113	4.6	2.9	17.1	0.36
	細巻き	120	195	6.4	3.3	34.9	0.48
梅じそ	手巻き	55	137	4.3	3.7	21.6	0.33
	細巻き	110	226	7.3	6.4	34.9	0.44

美登利のちらし

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
特選美登利ちらし	658	1162	88.6	31.0	131.9	4.62
ばらちらし	560	929	29.4	10.1	180.2	3.49
特選まぐろちらし	470	789	55.2	12.2	114.2	2.35

その他

品名	重量 [g]	エネルギー [kcal]	たんぱく質 [g]	脂質 [g]	炭水化物 [g]	食塩相当量 [g]
カニミソサラダ（単品）	110	189	9.8	7.1	21.4	1.34
カニミソサラダ ミニ（セット付）	25	40	2.4	1.5	4.3	0.27