

2022年 3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

(たち店)

美登利自慢のセットメニュー

たち店

品名		セット内容	成分値	
季節の 板さんおまかせにぎり		四季の食材を集めた美登利厳選の内容	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	※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		<ul style="list-style-type: none"> ・中トロ 2貫 ・たい ・赤貝 ・うに ・生ずわい蟹 ・大赤海老 ・いくら ・穴子 ・ねぎトロ手巻き ・カット玉子 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	522 g 987 kcal 60.0 g 24.9 g 130.9 g 3.14 g
特上にぎり		<ul style="list-style-type: none"> ・中トロ ・本鮪赤身 ・かんぱち ・帆立 ・大赤海老 ・うに ・いくら ・数の子 ・ねぎトロ巻き ・玉子 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	522 g 951 kcal 56.1 g 16.0 g 145.7 g 3.13 g
上にぎり		<ul style="list-style-type: none"> ・中トロ ・本鮪赤身 ・かんぱち ・帆立 ・ポイル海老 ・大名さば ・いくら ・鉄火巻き ・かつぱ巻き ・玉子 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	431 g 825 kcal 49.6 g 17.4 g 117.3 g 2.59 g
お子様にぎり		<ul style="list-style-type: none"> ・マグロ赤身 2貫 ・ポイル海老 ・いくら ・鉄火裏巻き ・かつぱ裏巻き ・カット玉子 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	272 g 457 kcal 9.5 g 5.8 g 91.8 g 2.18 g

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

※味噌汁、茶碗蒸し、ミニかのみそサラダ、デザートは測定値に含まれていません。

美登利自慢の鮪メニュー

たち店

品名		セット内容	成分値	
極上まぐろづくし		<ul style="list-style-type: none"> ・大トロ 2貫 ・中トロ 2貫 ・マグロ赤身 4貫 ・ねぎトロ細巻き 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	406 g 711 kcal 55.7 g 16.2 g 85.1 g 2.44 g
極上まぐろづくし ハーフ		<ul style="list-style-type: none"> ・大トロ 1貫 ・中トロ 1貫 ・マグロ赤身 2貫 ・ねぎトロ手巻き 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	304 g 532 kcal 41.7 g 12.1 g 63.7 g 1.83 g
特選まぐろちらし			重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	470 g 789 kcal 55.2 g 12.2 g 114.2 g 2.35 g

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
まぐろ切落とし軍艦		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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

※味噌汁、茶碗蒸し、ミニかにみそサラダ、デザートは測定値に含まれていません。

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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

美登利のづくしメニュー

たち店

品名		セット内容	成分値	
貝づくし		<ul style="list-style-type: none"> ・帆立 ・赤貝 ・みる貝 ・ほっき貝 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	132 g 197 kcal 4.8 g 2.5 g 38.8 g 0.53 g
ヒカリものづくし		<ul style="list-style-type: none"> ・あじ 2貫 ・いわし 2貫 ・こはだ 2貫 ・大名さば 2貫 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	248 g 442 kcal 22.4 g 10.9 g 63.5 g 1.53 g
炙りづくし		<ul style="list-style-type: none"> ・炙りトロ ・炙りカレイエンガワ ・炙り海老チーズ ・炙りいか ・炙りサーモン 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	159 g 316 kcal 10.1 g 11.2 g 44.1 g 1.46 g
塩レモンづくし		<ul style="list-style-type: none"> ・たい ・帆立 ・活たこ ・やりいか 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	118 g 180 kcal 7.4 g 1.6 g 34.1 g 0.95 g
サーモンづくし		<ul style="list-style-type: none"> ・生サーモン ・漬けサーモン ・炙りサーモン ・炙りサーモンチーズ 	重量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	183 g 362 kcal 21.4 g 8.0 g 51.4 g 1.46 g

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

※味噌汁、茶碗蒸し、ミニかにみそサラダ、デザートは測定値に含まれていません。

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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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]
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
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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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]
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
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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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]
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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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							
ポイルたこ		26	39	1.8	0.6	6.7	0.08
ポイルげそ		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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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]
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
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

※この表示値は目安です。

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]
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
かつぱ	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
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

※この表示値は目安です。

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]
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
平成巻き		73	117	5.7	1.7	19.8	0.51
太巻き		350	579	8.3	9.9	114.2	2.45

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。

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

※この表示値は目安です。

※写真は実際と内容が異なる場合があります。