TAMAGO-KEN 池袋たまごけん アレルゲンおよび栄養成分情報

ご注文の「ソース」「オムライス」「トッピング」「ドリンク」の組み合わせで、アレルギーをご確認ください。ソースは表の最初にまとめています。オムライスの行にはソースの分は入っていません。お選びになるソースの行も、必ず合わせてご確認ください。

●＝原材料に含まれています　△＝製造工場や調理工程（揚げ油の共用など）で混入する可能性があります　空欄＝原材料には使っていません

すべてのメニューを同じ調理器具・調理場で調理しているため、空欄の品目でもごく微量が混入する可能性があります。アレルギーを理由とした食材の抜き・変更は、すべてお断りしております。食物アレルギーのある方は、ご心配な場合はお召し上がりをお控えください。アレルギーの出方には個人差があり、ごく微量でも症状が出ることがあります。召し上がるかどうかは、かかりつけの医師にご相談のうえご判断ください。

【食の配慮】○＝ベジタリアン：肉・魚介（エキス・だし・ゼラチンを含む）を使っていません（卵・乳製品は使います）。ムスリムフレンドリー：豚肉・豚由来の原料を使っていません。ハラール認証ではなく、鶏肉・牛肉はハラール処理のものではありません。酒類を加熱して使うものは「ご案内」に書いています。ソース・トッピングを組み合わせるときは、すべての行が○かご確認ください。

メニュー	カロリー（kcal・目安）	特定原材料（表示義務）									特定原材料に準ずるもの（表示推奨）																		当店独自				食の配慮		ご案内
		卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生	くるみ	カシューナッツ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	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	ピスタチオ	玉ねぎ	にんにく	トマト	きのこ	ベジタリアン	ムスリムフレンドリー	
ソース（オムライスにかけるソース。メニューと合わせてご確認ください）																																				
トマトソース	約20（50g）		●	●																	●	●							●	●	●			○	酒類を加熱調理に使用
ハヤシソース	約60（70g）			●													●				●	●		●					●		●	●	●			
キノコクリームソース	約50（60g）		●	●																	●	●		●							●			●			
チーズソース	約50（30g）		●																															○	○	酒類を加熱調理に使用
ナスミートソース（9月～11月）	約120（60g）		●	●													●				●	●		●					●		●	●	●			
ビーフシチューソース	約390（120g）			●													●				●	●		●					●		●	●	●			
定番オムライス																																				
トマトオムライス	約730～790	●	●	●																	●	●									●	●	●		○	ソース：トマトソース／酒類を加熱調理に使用
ハヤシオムライス	約830	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：ハヤシソース
キノコクリームオムライス	約810	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：キノコクリームソース
トマト＆ハヤシオムライス	約810	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：トマトソース・ハヤシソース
ハヤシ＆キノコクリームオムライス	約830	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：ハヤシソース・キノコクリームソース
トマト＆キノコクリームオムライス	約810	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：トマトソース・キノコクリームソース
トマト＆チーズソースオムライス	約840	●	●	●																	●	●									●	●	●		○	ソース：トマトソース・チーズソース／酒類を加熱調理に使用
ハヤシ＆チーズ（ソース）オムライス	約880～890	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：ハヤシソース・チーズソース
人気トッピングオムライス																																				
ハンバーグオムライス（ハヤシで煮込み）	約1,030	●	●	●													●				●	●		●					●		●	●	●			ソースはお選びいただけます：選んだソースの行も確認
和牛オムライス																																				
和牛ハンバーグオムライス	約1,300	●	●	●													●				●	●									●	●	●		○	ソースはお選びいただけます：選んだソースの行も確認
ダブルチーズ和牛ハンバーグオムライス	約1,410	●	●	●													●				●	●									●	●	●		○	ソースはお選びいただけます：選んだソースの行も確認
和牛ステーキオムライス	約1,010	●	●	●													●				●	●									●	●	●		○	ソースはお選びいただけます：選んだソースの行も確認
和牛バーグ＆ステーキオムライス	約1,360	●	●	●													●				●	●									●	●	●		○	ソースはお選びいただけます：選んだソースの行も確認
期間・店舗限定																																				
ナスミートオムライス（＆炙りチーズも）	約890～950	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：ナスミートソース（9月～11月）
ビーフシチューオムライス	約1,160	●	●	●																	●	●									●	●	●			ソース：ビーフシチューソース
ビーフシチュー＆ハンバーグオムライス	約1,360	●	●	●													●				●	●		●					●		●	●	●			ソース：ビーフシチューソース
トッピング																																				
炙りチーズ（レッドチェダー）	約60		●																															○	○	
ハンバーグ（ハヤシで煮込み）	約230	●	●	●													●				●	●		●					●		●	●	●	●			
ソーセージ（ロングソーセージ）	約180～350	●	●																		●			●													

メニュー	カロリー（kcal・目安）	特定原材料（表示義務）									特定原材料に準ずるもの（表示推奨）																					当店独自				食の配慮		ご案内
		卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生	くるみ	カシューナッツ	アーモンド	あわび	いか	いくら	オレンジ	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	ピスタチオ	玉ねぎ	にんにく	トマト	きのこ	ベジタリアン	ムスリムフレンドリー	
サイコロステーキ	約290																●																		○	
和牛ステーキ	約90																●																		○	
たまご増し	約310	●	●																		●														○	○	
ガーリックチップ	約20		△	△	△		△	△		△	△		△		△	△					●							△			●				○	製造工場での混入の可能性があるため、乳・小麦・えび・そば・落花生・カシューナッツ・アーモンド・いか・オレンジ・キウイフルーツ・りんごを△にしています
ソース増し／追加ソース	約20〜120			●													●				●	●		●					●		●	●	●	●			
サイド																																					
ピクルス（大・小）	約50〜140														●																●				○	○	
無料のスープ・付け合わせ																																					
コンソメスープ（無料）	約40	●	●	●													●				●	●		●							●						
ピクルス（無料）	約30														●																●				○	○	
ドリンク																																					
コーラ	約90〜100																																		○	○	
オレンジジュース	約80														●																				○	○	
ウーロン茶・お茶	約0																																		○	○	
ビール（生・瓶）	約120〜200																																		○		

カロリーは、材料と量から計算した1皿分の目安で、実際とは異なる場合があります。オムライスはかかっているソースを含み、ソースを選ぶメニューはハヤシソースで計算しています。無料のスープ・付け合わせは含みません。ソースの行は、オムライス1皿にかける量の目安です（オムライスの行にはソースの分も入っています）。「—」は計算中です。

表示の対象：特定原材料（表示義務）9品目・特定原材料に準ずるもの（表示推奨）20品目、当店独自の4品目（玉ねぎ・にんにく・トマト・きのこ）

情報更新日：2026年11月20日　原材料や仕入れ先の変更により、内容が変わることがあります。最新の情報はスタッフにお尋ねください。