



全店舗共通 ポーたま														
カテゴリー	商品名	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	特定原材料表示							
							えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生
スタンダードポーたま	ポーたま	270	10.2	9.4	38.8	1.1	●					●		
	油みそ	325	12.0	11.2	47.2	2.4	●					●		
	高菜	278	10.6	9.6	40.3	2.1	●			●		●		
	明太マヨ	329	11.8	15.4	39.3	1.6	●			●		●		
	鯉昆布	304	12.8	9.6	44.8	2.4	●					●		
	ねり梅	280	10.3	9.4	41.6	3.8	●			●		●		
スペシャルポーたま	ゴーヤの天ぷら	399	13.2	12.4	42.1	1.5	●			●		●		
	島豆腐の厚揚げ油みそ	412	19.6	19.3	43.7	1.7	●			●		●		
	エビタル	335	13.8	13.4	43.4	1.4	●			●		●	●	

福岡赤坂店														
カテゴリー	商品名	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	特定原材料表示							
							えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生
リミテッドポーたま	焼きラーメン	411	13.6	203.0	46.5	2.2	●			●		●	●	
	焼そば辛子高菜	423	23.5	21.0	39.6	2.5	●			●		●	●	
	鶏つくね島豆腐入り	395	22.6	18.1	39.4	1.2	●			●		●		
	炙り明太子	337	21.8	11.2	40.6	4.2	●					●		

櫛田表参道店														
カテゴリー	商品名	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	特定原材料表示							
							えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生
リミテッドポーたま	博多めんたま	288	12.7	9.9	40.4	2.4	●					●		
	アジタル	536	25.1	29.6	47.2	2.5	●			●		●	●	
	ネギチャーシュー	370	21.9	14.3	42.0	2.5	●			●		●		

ももち浜店														
カテゴリー	商品名	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	特定原材料表示							
							えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生
リミテッドポーたま	博多和牛のBBQ	389	15.9	17.4	46.1	2.2	●					●		
	肉巻きトマト	494	17.9	30.2	42.1	1.6	●					●		
	華味鳥の照り焼き	476	22.8	25.4	43.3	1.7	●					●		

東京ミッドタウン八重洲店														
カテゴリー	商品名	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	特定原材料表示							
							えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生
リミテッドポーたま	大海老天	465	26.5	16.5	55.4	1.9	●			●		●		
	うなぎ出汁巻	412	20.3	20.6	39.4	1.5	●					●		
	ほぐし鮭と野沢菜	321	15.0	12.8	39.5	1.4	●	●		●		●		

全店舗共通 サイドメニュー&ドリンク&スープ														
カテゴリー	商品名	エネルギー kcal	タンパク質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	特定原材料表示							
							えび	かに	くるみ	小麦	そば	卵	乳	落花生
サイドメニュー	オニオンリング&ポテトフライ	416	21.3	24.6	29.8	3.4				●			●	
	チキン唐揚げ&ポテトフライ	506	24.0	24.0	53.8	2.2				●				
スープ	もずくスープ	15	2.0	0.1	1.6	2.2	●						●	
	ミニ沖縄そば	145	6.2	4.3	20.8	1.9				●			●	
ドリンク	さんびん茶レモン・シークワーサー	4	0.1	0.1	1.3	0								
	レモンティー	7	0.3	0.1	1.5	0								
	オレンジジュース	106	1.6	0.2	24.7	0								