



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	●				●	●		
	なす豚	356	12.3	14.2	46.9	2.4	●			●		●	●	
	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	●					●		
	華味鳥の軟骨つくね	376	18.3	16.3	42.0	2.0	●					●	●	
	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	●					●		
	海鮮かき揚げ	384	16.6	13.2	52.7	1.6	●			●		●		
	華味鳥の照り焼き	476	22.8	25.4	43.3	1.7	●					●		

博多マルイ店														
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	博多もつ炒め	453	15.8	25.3	45.4	2.5	●					●		
	牛煮込み&ごぼう天	446	14.6	25.3	43.5	1.3	●			●		●		
	いわし明太	388	22.9	17.0	39.6	2.5	●					●		

阿蘇くまもと空港店														
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	あか牛ステーキ	403	21.7	17.9	42.0	2.3	●					●		
	天草大王 黒マー油がけ	503	22.7	29.1	41.4	1.4	●					●		
	ちくわサラダ	435	17.3	14.9	62.8	2.2	●	●		●		●		

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	●	●		●		●		

KITTE大阪店														
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	和牛すじこん	403	12.8	17.6	50.2	1.5	●				●	●		
	串カツ	482	25.6	20.6	57.2	3.2	●			●		●	●	
	極厚ロースのとんべい焼き	698	26.9	46.8	45.7	2.6	●					●		

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								