

惣菜和英辞典 2022

SOUZAI MENU

Japanese-English Dictionary

ようこそ!
これが日本の
S惣菜UZAIです

This is fried pork cutlet
rice bowl with egg.

What is this dish?



一般社団法人
日本惣菜協会
Japan Ready-made Meal Association




ようこそ!これが日本のSOUZAIです!

海外からいらっしゃる観光客の多くが、日本食を楽しみに来日しています。レストランやホテルでの食事、ファストフードの利用が多いと思いますが、近年CVSや専門店、スーパーマーケットのお惣菜売り場を利用して、おにぎり・弁当などを購入することも多くなってまいりました。私たちが普段から食べているバリエーションに富んだ惣菜を、外国の方々に、もっと気軽に楽しんでいただきたいと思います。

しかし、いざ外国の方が惣菜を買おうと思っても、セルフサービスでの販売店や従業員が英語で説明できない場合もあるのではないのでしょうか。今回、日本惣菜協会では、スーパーマーケットなどで手軽に購入することができる惣菜の商品名を英訳し、ホームページに公開しました。また、より深く惣菜を知っていただけるよう、いくつかのメニューについては、商品の解説も掲載いたしました。惣菜販売事業者の皆さまは、ぜひ積極的に商品名に英語表記を取り入れていただけますよう、よろしくお願いいたします。

日本の美味しい惣菜をより多くの外国人の方に食べてもらい、日本の食文化として「SOUZAI」を世界に発信していきましょう!






Welcome to Japan!

These are Japanese prepared foods “SOUZAI”!

Many tourists from overseas come to Japan to enjoy Japanese food. While most tourists eat at restaurants, hotels, and fast-food restaurants, in recent years many people have begun to use the prepared food sections of convenience stores, specialty stores, and supermarkets to purchase onigiri (rice balls), bento boxes, and other items. We, the Japan Ready-made Meal Association, would like foreign people to enjoy the variety of prepared foods we usually eat more casually.

However, even if a foreign person wants to buy prepared food, some self-service shops and employees may not be able to explain it in English. To avoid such a situation, the Japan Ready-made Meal Association has now translated the names of prepared food products that can be easily purchased at supermarkets and other places into English and posted them on its website. We have also included product descriptions for some of the menu items to provide a deeper understanding of prepared foods. We would like to encourage all prepared food vendors to check our website and actively incorporate English names into their product names.

Let's encourage foreign people to eat delicious prepared foods in Japan and promote SOUZAI (prepared foods) to the world as a Japanese food culture!



惣菜和英辞典 2022

SOUZAI MENU

Japanese-English Dictionary

ようこそ!
これが日本の
SUZAIです

目次

| | |
|-------------------------|-----|
| 惣菜辞典 | P1 |
| 惣菜メニュー名 | |
| 温惣菜 | P17 |
| 冷惣菜 | P22 |
| 調理麺 | P24 |
| お弁当・ご飯 | P26 |
| 寿司 | P29 |
| その他お惣菜メニューに使う用語集 | P32 |
| 索引 | P35 |
| アレルギーや宗教上の戒律にかかわる | P43 |
| おもな食材のイラスト集 | |

Hot

温惣菜



コロッケ

潰したジャガイモと他の具材を混ぜて成形し、小麦粉・溶き卵・パン粉の順につけて揚げた料理。クロケットを日本流にアレンジしたこの料理は、百年以上前から日本中で食されている。ジャガイモの代わりにホワイトソースを使ったクリームコロッケもある。

Potato croquette

A dish in which patties of mashed potatoes and other ingredients are coated with flour, egg, and panko breadcrumbs, and deep-fried. The Japanese-style croquette has been popular for over 100 years. Another variation is cream croquette, which uses béchamel sauce instead of potatoes.



とんかつ

豚肉のロースやヒレの厚切りスライスに小麦粉・溶き卵・パン粉の順につけて揚げた料理。千切りキャベツを添え、とんかつソースをかけて食べるのが一般的。

Pork cutlet

Thick slices of pork loin and pork fillet coated with flour, egg, and panko breadcrumbs, and deep-fried. Commonly served with shredded cabbage and tonkatsu sauce.



メンチカツ

19世紀末に日本で誕生した欧風料理。挽肉にタマネギのみじん切りを練り合わせて成形し、小麦粉・溶き卵・パン粉の順につけて揚げたもの。好んでウスターソースやトマトソースなどをかけて食べる。

Ground meat cutlet

A European-style dish created in Japan in the late 19th century. Patties of ground beef and chopped onions are coated with flour, egg, and panko breadcrumbs, and deep-fried. Served with Worcestershire sauce or tomato sauce.



アジフライ

アジに小麦粉・溶き卵・パン粉の順でつけ、揚げた料理。白身魚、エビ、イカ、ホタテなど数ある魚介類のフライの中でも最も庶民的な料理として親しまれてきた。

Deep-fried horse mackerel

Horse mackerel coated with flour, egg, and panko breadcrumbs, and deep-fried. It is the most common and popular deep-fried seafood dish among the many variations, such as white fish, shrimp, calamari, and scallop.



天ぷら

さまざまな食材に、水溶きした小麦粉をベースにした衣をつけて揚げた料理。塩をつけたり、つゆにつけたりして食べる。

Tempura

Various ingredients dipped in flour and water-based batter and deep-fried. Enjoyed with a sprinkling of salt or dipping soup stock.



かき揚げ

天ぷらの一種。小さく切った食材を水溶き小麦粉をベースにした衣でまとめ、揚げた料理。食材には魚介類や野菜を使用する。

Mixed tempura

A type of tempura. Thinly cut ingredients dipped in flour and water-based batter and deep-fried. Ingredients include seafood and vegetables.



唐揚げ

食材に小麦粉もしくは片栗粉などをまぶして揚げた料理の総称。代表的な食材は鶏肉と魚介類。

Karaage fried chicken (fish)

A general term for a dish in which ingredients are lightly coated with flour or potato starch and deep-fried. The most popular ingredients are chicken and seafood.



竜田揚げ

唐揚げの一種で、醤油やみりんなどの調味料で下味をつけて片栗粉や葛粉で揚げた料理。代表的な食材は鶏肉と魚介類。出来上がりを、竜田川(奈良県)の川面に映る紅葉に見立て竜田揚げと命名された。

Marinated and fried chicken (fish)

A type of karaage in which ingredients are marinated in soy sauce and mirin sweet sake, coated with potato starch or kudzu starch, and deep-fried. Popular ingredients are chicken and seafood. Named after the autumn leaves growing along the Tatsuta River in Nara Prefecture.



揚げ出し豆腐

豆腐に片栗粉または小麦粉をつけて揚げたもの。つゆをかけるのが一般的だが、あんかけをかける場合もある。

Deep-fried tofu with soup stock

Tofu coated with potato starch or flour and deep-fried. Commonly served with soup stock but may also be served with thick savory sauce.



チキン南蛮

宮崎県の郷土料理のひとつで全国に広まった。鶏肉に小麦粉・溶き卵の順につけて揚げた後、七味唐辛子入りの甘酢に漬けた料理。そのまま食べるか、タルタルソースをかけて食べる。

Fried chicken with sweet vinegar sauce

A traditional dish of Miyazaki Prefecture that was popularized throughout Japan. Chicken is dipped in flour and egg, deep-fried, and marinated in sweet vinegar sauce with chili pepper. May be enjoyed on its own or with tartar sauce.



アメリカンドッグ

ソーセージや魚肉ソーセージを棒に刺し、小麦粉や砂糖などで作った生地をまわらせて揚げた料理。トウモロコシ粉の生地を使う米国のコーンドッグを日本流にアレンジしたもの。

Corn dog

Sausage or fish sausage on a stick coated with thick batter and deep-fried. The batter of the Japanese-style corndogs is made with flour and sugar, while the traditional American recipe uses cornmeal.



春巻

中華料理の点心の一種。肉や野菜など炒め調味した具材を、小麦粉を素材とする皮で棒状に巻いて揚げた料理。千切り豚肉・タケノコ・シイタケなどが一般的な具材だが、具材は多様。好みでからし醤油をつけて食す。

Spring roll

A type of Chinese dim sum dish. Stir-fried meat and vegetables rolled into a thin cylindrical shape using flour-based wrappers, and deep-fried. There is a wide range of variations in ingredients, other than the common shredded pork, bamboo shoots, and shiitake mushrooms. Served with karashi mustard soy sauce.



焼き鳥

串に鶏肉を刺して炙り焼きした料理。モモ肉、胸肉、レバーなど、部位や下ごしらえの方法で、さまざまな種類がある。味付けは塩または醤油ダレが多い。

Yakitori chicken skewer

Grilled skewered chicken. There are many variations depending on the preparation method and parts of the chicken, such as thigh, breast, and liver. The most common seasonings are salt or soy sauce-based yakitori sauce.



さんま塩焼き

まるごとのサンマに塩を振りかけて焼いた料理。大根おろしやスダチを添えて。秋の風物詩のひとつで、昔から小説や詩にも登場する。

Salt-grilled Pacific saury

Pacific saury with sprinkled salt and grilled whole. Served with grated daikon radish and a wedge of sudachi citrus. The dish is one of the Japanese traditions in autumn and has appeared in novels and poems since old times.



照焼

醤油やみりんで作った甘いタレに肉または魚を漬けておき、そのタレを塗りながら焼いた料理。魚ならブリ、肉なら鶏肉が代表的。

Teriyaki

Meat and fish marinated in sweet sauce made with soy sauce and mirin sweet sake, and grilled while brushing on the glaze. Common ingredients are yellowtail and chicken.



大学芋

素揚げしたサツマイモに、砂糖・みりん・醤油を煮詰めた糖蜜をからめた料理。仕上げにゴマを振りかけることもある。おかずとしてもおやつとしても食される。百年ほど前に大学生の間で人気だったことが「大学・芋」の由来と言われる。

Syrup-coated sweet potatoes

Deep-fried sweet potatoes coated with syrup made by boiling sugar, mirin sweet sake, and soy sauce. May be sprinkled with sesame seeds. Enjoyed as a side dish as well as a snack. The Japanese name, daigaku imo, which translates to "college potato," stems from the fact that the dish was popular among college students about 100 years ago.



だし巻玉子

出し汁を混ぜた溶き卵を、薄焼きを繰り返して厚く焼き上げた料理。巻き簾で成形し、大根おろしを添える。寿司屋の人気メニューのひとつでもある。玉子焼き専用のフライパンで作る。

Japanese rolled omelet with broth

Egg mixture flavored with Japanese broth rolled up in multiple layers until it looks like a thick log. Shaped with a makisu bamboo mat and served with grated daikon radish. It is a popular dish at a sushi restaurant. Made with a special pan developed solely for cooking the omelets.



玉子焼き

醤油や砂糖などで味をつけた溶き卵を何重にも重ね焼きした料理。朝食やお弁当のおかずとして定番。地域により味付けに違いがある。玉子焼き専用のフライパンを使用して作る。

Japanese rolled omelet

Egg mixture flavored with soy sauce and sugar rolled up in multiple layers on a pan. Commonly enjoyed for breakfast and as a side dish in a bento. Seasoning ratios vary depending on the region. Made with a special pan developed solely for cooking the omelets.



餃子

中華料理の点心の一種で、小麦粉で作った丸い皮に肉や魚介類、野菜などの具材を包んだのが餃子。それを焼くと焼き餃子、茹でると水餃子、揚げると揚げ餃子になる。日本では焼き餃子が最もポピュラー。

Gyoza potstickers

A type of Chinese dim sum dish in which meat, seafood, and vegetables are wrapped in a flour-based wrapper. Variations include pan-fried gyoza, boiled gyoza, and deep-fried gyoza. Pan-fried gyoza is the most popular in Japan.



たこ焼き

タコの小片を、鰹節や紅ショウガなどを加えた小麦粉の生地の中に入れて小さなボール状に焼いた郷土料理。専用のソースをかけ、青のりや鰹節をかけて食べる。大阪で1935年に誕生したといわれ、その後、全国に広まった。

Takoyaki octopus balls

A traditional dish in which pieces of octopus, bonito flakes, and red pickled ginger are cooked with a flour-based batter in the shape of little balls. Served with takoyaki sauce, dried green seaweed, and bonito flakes. It was invented in Osaka in 1935 and later popularized throughout Japan.



お好み焼き

小麦粉の生地に卵、野菜、肉類、魚介類、麺類など好みの具材を加えて鉄板で焼いた料理。専用ソースをかけ、青のりや鰹節をかけて食べる。具材を生地に混ぜて焼く関西風おこのみ焼き、生地に麺や具材を重ねて焼く広島風お好み焼きなど地域ごとに異なるお好み焼きが存在する。

Okonomiyaki

A savory pancake in which ingredients such as eggs, vegetables, meat, seafood, and noodles are added to a flour-based batter and cooked on an iron griddle. Served with okonomiyaki sauce, dried green seaweed, and bonito flakes. There are regional variations, such as the Kansai-style, in which ingredients and batter are mixed together, and the Hiroshima-style, in which ingredients are layered rather than mixed.



ひじきの煮物

海藻の一種であるひじきを春に収穫して乾燥させる。ひじきの煮物は、生のひじきもしくは水で戻した乾燥ひじきを、ニンジンや大豆などと一緒には醤油・砂糖・みりんなどで煮た料理。代表的な副菜のひとつ。

Simmered hijiki seaweed

A type of seaweed harvested in the spring and dried. Fresh hijiki or rehydrated dried hijiki is simmered with carrots and soybeans in soy sauce, sugar, and mirin sweet sake. A common side dish.



きんぴら

細切りした野菜を醤油・砂糖で調味し炒めた料理。ゴボウ、ニンジン、レンコンのきんぴらが一般的。中でもきんぴらごぼうは副菜の定番。

Kinpira braised burdock root

Stir-fried shredded vegetables simmered in soy sauce and sugar. Common ingredients are burdock root, carrot, and lotus root. A classic side dish.



昆布巻き煮

昆布をロール状に巻き、かんぴょうで結び留め、醤油とみりんで煮た料理。ロールの中心に鮭やニシンなどの具材を入れることもある。昆布は縁起物とされ、昆布巻き煮はお正月の食卓にも登場する。

Simmered kelp roll

Kelp rolled into a cylindrical shape, tied with dried gourd strips, and simmered in soy sauce and mirin sweet sake. Rolls may include ingredients inside, such as salmon and herring. Kelp is believed to bring good luck and is served as a New Year's dish as well.



卵の花／おからの煮物

おからは、豆腐を作る際に豆乳を絞った残り。卵の花（ウツギの花）に似ていることから、卵の花とも呼ぶ。おからをニンジンなどの食材と共に醤油・みりん・砂糖で調味し炒め煮した料理。副菜の定番のひとつ。

Simmered okara soybean pulp

Okara is the pulp that remains after soy milk is strained to produce tofu. Also known by the name "Uno hana" as it looks similar to deutzia flowers. Okara and other ingredients, such as carrots, are simmered in soy sauce, mirin sweet sake, and sugar. A classic side dish.



切干大根の煮物

切り干し大根は、大根を細長く薄く切って乾燥させた伝統的保存食。水で戻した後、他の食材と一緒に醤油・みりん・砂糖で調味し炒め煮した料理。副菜の定番のひとつ。

Simmered dried radish strips

A traditional preservative food in which daikon radish is shredded into thin strips and dried. Rehydrated dried radish strips are simmered with other ingredients in soy sauce, mirin sweet sake, and sugar. A classic side dish.



高野豆腐の煮物

高野豆腐は、豆腐を凍結し低温熟成した後乾燥させた保存食品。高野豆腐の煮物は、お湯で戻して、醤油・みりん・酒・砂糖の煮汁で煮た料理。あつあつを食べることも、冷やして食べることもある。

Freeze-dried tofu soaked in Japanese broth

A preservative food in which tofu is frozen and cooled, then dried. Rehydrated tofu is soaked in Japanese broth made with soy sauce, mirin sweet sake, and sugar. May be served hot or chilled.



筑前煮

鶏肉と野菜やコンニャク、シイタケを炒めて、醤油・砂糖などで煮た料理。油で炒めてから煮る筑前（福岡県北西部）独特の調理法が全国に広まり、筑前煮と呼ばれるようになった。日常の食卓だけでなく、お祝いの席にも登場する。

Chikuzenni simmered chicken and vegetables

Stir-fried chicken, vegetables, konnyaku yam cake, and shiitake mushroom simmered in soy sauce and sugar. Named after the unique cooking method used in the Chikuzen Province in northwestern Fukuoka Prefecture, in which ingredients are sautéed in oil before simmering. It is a popular side dish but is served during special occasions as well.



肉じゃが

牛肉または豚肉と、ジャガイモ、タマネギなどの野菜を炒めてから、醤油と砂糖などで煮た料理。ビーフシチューから発想を得て考案されたという説がある。

Simmered meat and potatoes

Stir-fried potatoes and vegetables, such as onions, with beef or pork simmered in soy sauce and sugar. It is said to be inspired by beef stew.



もつ煮

牛・豚・鶏などの内臓を煮込んだ料理。一緒に大根やニンジン、コンニャクや豆腐を加えて、醤油や味噌で味つける。使用する鳥獣の種類、内臓の部位、具材の種類、味付けは地域や季節によって異なる。

Simmered offal

Simmered offal of cows, pigs, and chickens. Served with daikon radish, carrots, konnyaku, and tofu, and flavored with soy sauce and miso. The types of animals, organs, and ingredients vary depending on the region and season.



さば煮付

サバの切り身を醤油・酒・砂糖・みりんの煮汁で煮た料理。煮る前にサバに塩を振り、熱湯にくぐらせ、さらに煮汁に生姜を加えることで魚臭さを消している。

Simmered mackerel

Mackerel fillet simmered in broth made from soy sauce, sake, sugar, and mirin sweet sake. The fishy smell is removed by sprinkling salt on the mackerel and briefly submerging it in boiling water for a blanch before simmering, and adding ginger to the broth.



煮豆

金時豆、黒豆、大豆などの乾燥豆を砂糖で甘く柔らかく煮た料理。醤油を加えることもある。惣菜のルーツのひとつで、常備菜の定番。

Simmered beans

Dried beans, such as red kidney beans, black beans, and soybeans, simmered in sugar until tender. Soy sauce may be added. Japanese side dishes are rooted in this classic dish. It is a staple preserved food.



おでん

魚のすり身で作った加工食品、コンニャク、大根などを出し汁で煮込んだ料理。関東煮(かんとだき)とも呼ばれることもある。冬の代表的な煮込み料理のひとつ。地域によって出し汁が異なり、入れる具材も異なる。

Oden

Processed fish cakes, konnyaku, and daikon radish simmered in Japanese broth. Also called "kantodaki" in the Kansai region. A classic winter dish. The broth and ingredients vary depending on the region.



すき焼き

肉や野菜を調味した鍋料理。関東では醤油・みりん・酒・砂糖を調合した割下で煮る。関西では肉を焼いた後に醤油・砂糖・酒などで野菜を加えて煮る。肉は薄切りの牛肉、野菜はネギや白菜、春菊などが一般的。このほか、焼き豆腐や白滝などを加えることが多い。溶き卵をつけて食べる。

Sukiyaki

A hot pot dish with meat and vegetables. In the Kanto region, ingredients are simmered in sauce made with soy sauce, mirin sweet sake, and sugar. In the Kansai region, the meat is seared first, then seasoned with soy sauce, sugar, and sake, and the rest of the ingredients are added. Common ingredients are thinly sliced beef, green onions, napa cabbage, and shungiku leaves. Broiled tofu and shirataki noodles may be added as well. Enjoyed by dipping the ingredients in beaten egg.



茶碗蒸し

野菜や魚介類、鶏肉などの食材を茶碗に入れ、出し汁を混ぜた溶き卵を流し込み、蒸した料理。蒸すことで卵が柔らかく固まり、滑らかな食感になる。

Steamed egg custard

A dish in which ingredients such as vegetables, seafood, chicken, and an egg mixture flavored with Japanese broth are put in a small cup and steamed. Steaming creates a soft egg custard and a smooth and silky texture.



焼売

中華料理の点心の一種。小麦粉の皮で調味した具材を包み、蒸した料理。豚の挽肉を具材にした肉焼売、エビを具材にしたエビ焼売などがある。

Steamed dumpling

A type of Chinese dim sum dish. Seasoned ingredients wrapped in a flour-based wrapper and steamed. Variations of the ingredients include ground pork and shrimp.



海老チリ

エビを豆板醤やトマトケチャップ、卵黄などで作ったソースで炒めた料理。中華料理の干焼蝦仁(カンシャオシャーレン)にヒントを得て創作された日本オリジナルの中華料理。

Chili shrimp

Shrimp stir-fried with sauce made from doubanjiang, tomato ketchup, and egg yolk. A Japanese-style Chinese dish inspired by Kan Shao Shrimp.



酢豚

揚げた角切り豚肉とタマネギやピーマンなどの野菜を甘酢あんでき炒めた中華料理。中国名は咕咾肉(グーラオロウ)。

Sweet and sour pork

A Chinese dish in which deep-fried pork chunks and vegetables, such as onion and pepper, are stir-fried with thick sweet and sour sauce. The Chinese name is Gu Lao Rou.



八宝菜

中華料理のひとつで、肉や魚介類、野菜を塩・醤油・酒などで味付けし、とろみをつけたくま煮。「八宝」には「たくさんの食材」の意味がある。

Chinese vegetable stir fry

A Chinese dish, called Happosai, in which meat, seafood, and vegetables are seasoned with salt, soy sauce, and sake, and coated with thick flavorsome sauce. "Happo" means "many ingredients."

Chilled

冷惣菜



胡麻和え

すりゴマに砂糖・醤油を加え、野菜などに和えた料理。野菜は、ほうれん草、いんげん、オクラなどが一般的だが、ニンジンやモヤシなども使用する。

Vegetables with sesame dressing

Vegetables with dressing made with crushed sesame seeds, sugar, and soy sauce. Common ingredients are spinach, green beans, and okra, but carrots and bean sprouts are used as well.



白和え

豆腐をつぶして白みそまたは醤油、砂糖などで調味して、野菜などを和えた料理。白い豆腐で和えるので白和えという。豆腐・白ごま・白みそと3種類の白い材料で作った和え衣で和えるから白和えという説もある。

Vegetable salad dressed with tofu and white sesame

Mashed tofu and vegetables seasoned with white miso or soy sauce and sugar. It is called "shiraae," meaning "white" and "dressed," as it is dressed with white tofu. It is also said to be called "shiraae" as it uses three white ingredients: tofu, white sesame seeds, and white miso.



辛子和え

茹でた野菜や魚介類を、辛子と醤油、または辛子と味噌で和えた料理。

Vegetable (fish) with Japanese mustard

Boiled vegetables or seafood with dressing made with Japanese mustard and soy sauce or Japanese mustard and miso.



紅白なます

なますは、野菜や魚介類を酢と砂糖などで作った調味酢で和えた料理。お正月料理には、ニンジンと大根を使って、お祝いの色の組み合わせである紅白のなますが食卓に上る。

Vinegared white radish and carrot

Vegetables and seafood pickled in sauce made with vinegar and sugar. A variation using the celebratory colors red and white, made with carrots and white radish, is served during New Year's.



南蛮漬け

素揚げした魚介類や鶏肉や野菜を、唐辛子やネギの入った甘酢に付けた料理。魚介類では、アジ、ワカサギなどがよく用いられ、長く漬け込むと骨まで食べられる。四百年以上前の日本ではポルトガルやスペインを南蛮と呼んだ。洋食のように油で揚げ、香辛料を使うことから南蛮漬けと呼ばれるようになったといわれる。

Deep-fried fish (chicken) marinated in vinegar sauce

Deep-fried seafood, chicken, and vegetables marinated in vinegar sauce with chili peppers and green onion. Common ingredients are jack mackerel and Japanese smelt, and bones may be eaten if marinated for a long period of time. Portugal and Spain were called "nanban" in Japan over 400 years ago. It is said to be called "nanban-zuke" as it is deep-fried in oil and seasoned with spices like western dishes.



ポテトサラダ

世界各地に異なるポテトサラダがある。日本のポテトサラダは、ジャガイモをつぶして、野菜やハム、ゆで卵などを加え、マヨネーズで和える。

Potato salad

There are many potato salad recipes around the world. Japanese potato salad is made with mashed potatoes, vegetables, ham, and boiled eggs, dressed in mayonnaise.



パスタサラダ

パスタにドレッシングを和えたサラダ。日本では、パスタはマカロニ、スパゲティ、ペネなどを用い、マヨネーズをベースにしたドレッシングもしくは油と酢で作ったドレッシングで和えるのが一般的。

Pasta salad

Pasta with dressing. In Japan, macaroni, spaghetti, penne, and other pasta variants are flavored with mayonnaise-based dressing or dressing made with oil and vinegar.



中華春雨サラダ

ジャガイモなどのでんぷんから作った麺状の乾燥食品である春雨を、肉類や野菜と和えた料理。醤油や酢などで調味するのが一般的。

Chinese glass noodle salad

Cellophane noodles made from potato starch combined with meat and vegetables. Commonly flavored with soy sauce and vinegar.



塩茹で枝豆

枝豆は未成熟なうちに収穫した大豆のこと。煮物や菓子の材料にも使用されるが、塩茹でが最も一般的な食べ方である。塩茹でした枝豆はビールのおつまみの定番でもある。

Boiled edamame

Edamame refers to soybeans harvested before they have ripened. Boiled and salted edamame is the most common type, although they are used in simmered dishes and snacks as well. Often enjoyed as a snack with beer.



ぬか漬け

乳酸菌発酵させたぬか床に野菜などを漬けた漬物。おいしいぬか漬けを漬けるためには、毎日のようにかき混ぜてぬか床の菌の状態を健全に保つ必要がある。

Vegetable pickles fermented in rice bran

Vegetables preserved in rice bran. Requires daily mixing to prevent bacteria propagation and make fermentation occur uniformly in order to make delicious pickles.



おせち料理

新年に健康や幸せを願って食べる料理を重箱に盛り合わせたもの。黒豆煮は健康、田作りは豊作など、ひとつひとつのおかず異なる願いが込められている。

Japanese New Year food

Traditional food enjoyed on New Year's Day packed together in a lacquered box called jubako to wish for health and happiness. Each dish has a meaning, such as black beans representing health and candied sardines representing bountiful harvest.

Noodles

調理麺



そうめん

小麦粉で作った細麺。乾麺で流通する。夏季には、茹でたそうめんを冷やし、醤油ベースの冷たいつゆで食べるのが一般的。冬季には茹でたてに熱いつゆをかけた料理、にゅうめんにして食べる。くせない素材なので、さまざまなアレンジで食されている。

Somen noodles

Thin noodles made from flour. Sold in dried form. Boiled and chilled noodles with cold soy sauce-based noodle soup base are enjoyed during the summer. Boiled noodles poured with hot noodle soup base, called "nyumen," are served during the winter. The mild flavor enables different variations to be created.



そば

そばの実を挽いたそば粉で作った麺。茹でて、冷たいつゆにつける、またはかける。熱いつゆをかける、天ぷらなどの具材と一緒に食べるなど、さまざまな食べ方がある。各地に特有のそば料理が存在する。

Soba noodles

Noodles made from buckwheat flour obtained from grinding the seeds. Once boiled, it is served with cold noodle soup base and may be dipped or poured on top. It may also be served with hot noodle soup base or enjoyed with ingredients, such as tempura. There are unique soba dishes in various regions.



うどん

小麦粉で作った麺で、比較的太い麺。茹でて、つゆにつけて食べる食べ方と、温かいつゆに入れて食べる食べ方がある。ほかにも、具材と一緒に炒める食べ方もある。

Udon noodles

Relatively thick noodles made from flour. Once boiled, they can be served with dipping noodle soup base or in a bowl with hot noodle soup base. Other variations include stir-frying the noodles with ingredients.



ラーメン

小麦粉にアルカリ塩水溶液を加えて作った中華麺をスープに入れた料理。中国の麺料理が日本で独自の発展をした。スープは醤油、味噌、塩味、とんこつなどの種類がある。具材は焼き豚やメンマなどスタンダードなものほか、バラエティ豊富。

Ramen

Chinese noodles made by adding an alkaline agent to flour, served in a bowl of soup. A Chinese dish altered and transformed to fit the tastes of Japanese people. Types of broth include soy sauce, miso, salt, and pork bones. There are many variations in ingredients, such as char siu barbeque pork and bamboo shoots.



冷やし中華

冷やした中華麺の上に具材を載せ、冷たいつゆをかけた料理。夏季メニュー。錦糸卵、キュウリ、トマト、チャーシュー、紅ショウガなどの具材を彩り鮮やかに盛り付ける。醤油と酢のつゆか、ゴマダレをかける。中華料理をヒントに日本で考案された料理。

Chilled ramen with toppings

Chilled Chinese noodles with toppings and cold noodle soup base. A classic summer dish. Toppings include shredded egg, cucumber, tomato, char siu barbeque pork, and red pickled ginger. Served with sesame dressing or noodle soup base made with soy sauce and vinegar. A Japanese dish inspired by Chinese dishes.



ナポリタン

スパゲティを茹で、野菜やハムなどの具材と共にケチャップで炒めた料理。1940年代に日本で考案された。通常具材には、タマネギ、ピーマン、ハムなどを用いる。

"Napolitan" (Japanese ketchup pasta)

A dish of boiled spaghetti stir-fried with vegetables and ham flavored with ketchup. Invented in Japan during the 1940s. Common ingredients include onions, peppers, and ham.



焼きそば

蒸した中華麺を肉や野菜などと一緒に炒めた料理。味付けは、ウスターソースを使ったソース焼きそばのほか、醤油味や塩味などもある。また、日本各地にご当地焼きそばが存在する。

Yakisoba fried noodles

A stir-fry dish using steamed Chinese noodles, meat, and vegetables. Variations are Worcestershire sauce-based, soy sauce-based, and salt-based. There are regional recipes throughout Japan.



焼うどん

茹でたうどん(小麦粉で作った太麺)を肉や野菜などと一緒に炒めた料理。醤油味、塩味のほか、ウスターソースで味付けしたり、ミートソースをかけたりとバラエティ豊富。日本各地にご当地焼うどんがある。

Fried udon noodles

A stir-fry dish using boiled udon (thick noodles made from flour), meat, and vegetables. There are many variations in seasonings, including soy sauce, salt, Worcestershire sauce, and meat sauce. There are regional recipes throughout Japan.

Rice

弁当・米飯類



弁当

外出先で食べる目的で作った食事。その歴史は古く、ご飯やおかずを詰めるためのさまざまな容器が開発されてきた。汁が出ず、冷めても味が変わらない複数のおかずを詰め合わせる。



海苔弁当／海苔弁

弁当の一種。「海苔弁」の略称で呼ばれることが多い。容器に白飯を入れ、その上に醤油をまぶした鰹節を載せ、さらにその上に海苔を敷き詰める。海苔の上に焼魚や白身魚のフライなどのおかずを載せた弁当。



幕の内弁当

弁当の一種で、容器に複数のおかずと白飯を詰め合わせる。おかずは、焼魚や揚げ物、煮物、玉子焼き、漬物などが一般的。芝居の幕間に手軽に食べられるように考案されたなど、名前の由来は諸説ある。



炊き込みご飯

米と具材と一緒に炊いたご飯。醤油・酒・出汁などを入れて炊く。野菜や魚介類、肉類など具材の組み合わせでその種類は豊富。春には山菜やタケノコ、秋にはキノコや栗など、季節の食材を使った炊き込みご飯が多い。



カレーライス

複数のスパイスを配合し、具材を煮込んだ料理。インド料理を元にイギリスで生まれたカレーは19世紀半ばに日本に伝わり、日本流にアレンジされた。肉とタマネギ、ジャガイモやニンジンなどを一緒に煮込み、白飯と一緒に食べやすいようにとろみがついているカレーライスが最も一般的。

Bento box

A meal created to be eaten outside. It has a long history and many containers to pack rice and other dishes have been invented. Multiple dishes are packed by avoiding liquids and using food that can maintain the taste when cooled down.

Nori seaweed bento

A type of bento. Often called "noriben." Packed with white rice topped with bonito flakes and soy sauce, and covered with seaweed. Includes dishes such as fried fish and deep-fried white fish.

Makunouchi bento

A type of bento. Packed with multiple dishes and white rice. Common dishes include fried fish, deep-fried food, simmered food, Japanese egg omelet, and pickles. Although there are various theories, the name Makunouchi, which means "between acts," is said to come from the fact that the bento was eaten during the intermission of a theater play.

Seasoned rice with mixed ingredients

Rice cooked together with ingredients such as vegetables, seafood, and meat. Commonly cooked with soy sauce, sake, and Japanese broth. Often made using seasonal ingredients, such as mountain vegetables and bamboo shoots in the spring and mushrooms and chestnut in the fall.

Curry and rice

A dish in which ingredients are simmered in multiple spices. Originating in England from Indian cuisine, curry was introduced to Japan in the mid 19th century and arranged in the Japanese style. The most common Japanese curry has a thick consistency and is made by simmering meat, onions, potatoes, and carrots, and served with white rice.



炒飯

中華料理のひとつ。白飯を小さく切ったさまざまな具材と共に炒め、醤油などで調味した料理。具材には、卵、チャーシュー、ネギをはじめ、さまざま。中華ではインディカ米が使われるが、日本ではうるち米が使われることが多い。

Fried rice

A Chinese dish. Stir-fried rice and chopped ingredients seasoned with soy sauce. Ingredients include eggs, char siu barbecue pork, and green onion. Long-grain rice is used in China, while short-grain rice is often used in Japan.



丼もの

ボウル状の器に、白飯を入れ、その上におかずとかけ汁を加えた料理の総称。器はご飯茶碗よりも大きい。19世紀初頭に誕生したうなぎ(うなぎの丼もの)を皮切りに次々と丼ものが登場し、多様な丼ものがある。

Rice bowl

A general term for a one-bowl meal in which white rice is topped with ingredients and broth. Bowls are bigger than regular rice bowls. Many versions have been created since the first rice bowl meal using eel, "unadon," was introduced in the early 19th century.



カツ丼

ボウル状の器に白飯を入れ、その上にカツを載せた丼もの一種。多彩なカツ丼があるが、最も一般的なカツ丼は、とんかつ(豚肉のカツ)とタマネギと一緒に出し汁に入れ火を通し、溶き卵をかけて半熟にしてから白飯の上に載せたもので、カツとじ丼ともいう。

Fried pork cutlet rice bowl with egg

A type of rice bowl dish with deep-fried cutlet served over white rice. Although there are many variations, the most common version is deep-fried pork cutlet and onion simmered together in Japanese broth with beaten egg poured on top. Also called "katsutodjon."



天丼

ボウル状の器に盛った白飯の上に天ぷらを載せた丼もの一種。天ぷらの上からつゆをかける、または、天ぷらをつゆにくぐらせて味をつける。載せる天ぷらの具材には、決まりはない。

Tempura rice bowl

A type of rice bowl dish with tempura served over white rice. Tempura sauce may be poured onto the rice bowl or tempura may be dipped. Any ingredient may be used for the tempura.



親子丼

醤油・砂糖・みりんなどで作った煮汁で一口大の鶏肉を煮て、溶き卵を入れて半熟になるまで加熱し、ボウル状の器に入れた白飯の上にかけてた丼もの一種。鶏と卵が親子であることから親子丼と呼ばれる。

Chicken and egg rice bowl

A type of rice bowl dish with bite-sized pieces of chicken simmered in soy sauce, sugar, and mirin sweet sake, and half-cooked egg served over white rice. It is called oyakodon, meaning "parent and child rice bowl," as it uses chicken (the parent) and eggs (the child).



うなぎ

重箱に白飯を盛り、ウナギのかば焼きを載せた料理。ウナギのかば焼きとは、身を開いて串を刺したウナギを醤油・みりん・砂糖・酒から作ったタレを塗りながら焼き上げたもの。ウナギのかば焼きを載せた白飯をボウル状の器で供するとうなぎ丼となり、重箱で供するとうなぎ重になる。

Unagi eel rice box

Grilled unagi eel served over white rice in a lacquered box. The unagi eel is slit open, butterflied, skewered, and broiled while brushing on the sauce made with soy sauce, mirin sweet sake, sugar, and sake. It is called a "unadon" when served in a bowl and "unajyu" when served in a box.



中華丼

ボウル状の器、もしくは深皿に、白飯を盛り、その上から八宝菜をかけた丼もの一種。八宝菜とは、肉や魚介類、野菜を塩・醤油・酒などで味付けし、とろみをつけた中華料理。

Chinese rice bowl

A type of rice bowl dish with Chinese vegetable stir-fry, Happosai, served over white rice, either on a bowl or a plate. Happosai is a Chinese dish in which meat, seafood, and vegetables are seasoned with salt, soy sauce, and sake, and coated with thick flavorsome sauce.



おにぎり

ご飯を手のひらで成形した食べ物。中に具材を入れたおにぎりや、米と具材を一緒に炊いた炊き込みご飯のおにぎりもある。成形後、海苔を巻くものもある。すでに13世紀には携帯食として食されていた。別名、おむすび、にぎりめしなどとも呼ばれる。

Onigiri rice ball

A rice ball molded by hand. It may have a filling or be made using seasoned rice with mixed ingredients. Some are wrapped in dried seaweed. It has been a popular type of portable food since the 13th century. Other names are "omusubi" and "nigirimeshi."



赤飯

おこわの一種。もち米、もしくはもち米とうち米を、小豆やささげ豆と一緒に蒸す、または炊いたご飯。豆の色で赤みがかった色のご飯にできあがる。赤は慶事の色であることから、お祝いの席で食される。

Red bean rice

A type of steamed sticky rice. Sticky rice or a combination of sticky rice and short-grain white rice mixed with red beans and cowpeas that is either cooked or steamed. The rice is tinted with a shade of red from the beans. Often served during special occasions, as red symbolizes happiness.



おこわ

もち米、もしくはもち米とうち米を混ぜたものを蒸すか、炊いたご飯。もちもちとした食感が特徴。野菜や魚介類、肉類などの具材を入れたおこわもある。炊き込みご飯と見分けがつかないが、使用する米の種類が違う。

Steamed sticky rice

Sticky rice or a combination of sticky rice and short-grain white rice that is either cooked or steamed. Known for its sticky texture. Some may also have vegetables, seafood, and meat. It looks identical to seasoned rice with mixed ingredients but uses a different type of rice.



おはぎ

もち米とうち米を混ぜて蒸す、もしくは炊く。それを粗く潰して丸め、小豆を甘く煮た餡、きなこ、すりごまなどをまぶした菓子。通年食べられるが、彼岸には先祖の墓や仏壇にお供えする。この菓子は、春のお彼岸は牡丹餅、秋のお彼岸はおはぎと呼ばれる。

Ohagi sweet rice ball

Sticky rice and short-grain white rice that is either cooked or steamed, then pounded and shaped into a ball, and coated with sweet red bean paste, soybean flour, or ground sesame seeds. Although the dish is available throughout the year, it is offered to one's ancestors on a Buddhist holiday. It is called "botamochi" in the spring and "ohagi" in autumn.



大福

小豆を甘く煮た餡を、もち米で作ったご飯をきめ細かく潰して伸ばした餅に包んだ菓子。餅に赤えんどう豆を混ぜた豆大福などバリエーションがある。

Mochi with sweet filling

Mochi made from pounded sticky rice that is stuffed with sweet red bean paste. Other variations include mochi mixed with red peas, called "name daifuku."

Sushi

寿司



寿司

白飯に酢や塩、砂糖などで調味した酢飯と、魚介類などの具材を組み合わせた料理の総称。小さな酢飯の塊に具材を載せた握り寿司、酢飯を木型に入れて具材を載せ押しして作った押し寿司など、多数の種類がある。

Sushi

A general term for a dish in which ingredients such as seafood and sushi rice seasoned with vinegar, salt, and sugar are combined. There are many variations, including nigiri, where ingredients are placed on a small portion of sushi rice, and oshizushi ("pressed sushi"), where a slice of fish and sushi rice are placed in a box and compressed together.



握り寿司

白飯に酢や塩、砂糖などで調味した酢飯の細長いボール状にし、魚介類などの具材を載せて軽く握った料理。18世紀半ばに江戸（現・東京）で誕生した。当時、屋台で食べるファストフードとして広まった。

Nigiri sushi

A type of sushi in which ingredients such as seafood are served on top of an oval-shaped serving sushi rice seasoned with vinegar, salt, and sugar. It was invented in Edo (now Tokyo) during the mid 18th century and was popularized as a type of fast food at the time.



巻き寿司

酢飯と具材を海苔や玉子焼き、などで筒状に巻いた寿司の一種。巻き寿司には、複数の具材を入れた太巻き、1種類を入れた細巻き、調理器具を使わずに巻いた手巻き、節分に食べる恵方巻などの種類がある。

Rolled sushi

A type of sushi in which vinegared sushi rice and ingredients are wrapped in seaweed or Japanese egg omelet, rolled into a cylinder, and cut into pieces. Variations include "futomaki (thick roll), which has multiple ingredients, "hosomaki" (thin roll), which has only one ingredient, "temaki" (hand rolled), made by wrapping ingredients in seaweed without using special tools, and "ehomaki," which is served on Setsubun (the day before the beginning of spring).



軍艦巻き

小さく細長いボール状に握った酢飯の側面を海苔で巻き、上に具材を載せた寿司の一種。酢飯の上に乗せただけではこぼれてしまう、イクラやウニなどを載せる。形状が軍艦に似ていることから軍艦巻きと呼ばれる。

Gunkan sushi

A type of sushi in which small oval-shaped vinegared sushi rice is wrapped in a band of seaweed and topped with ingredients. Common ingredients are loose toppings that may fall off the rice, such as salmon roe and uni. The name gunkan maki is influenced by the shape reminiscent of a gunkan (battleship).



ちらし寿司

チラシ寿司には2種類ある。ひとつは、酢飯に細かく切ったさまざまな具材を混ぜ、飾りつけに薄焼きの玉子焼きの細切りや海苔などを載せたもの。もうひとつは、容器に酢飯を盛り、その上に刺身など複数の具材を載せたもの。

Chirashi scattered sushi

There are two types of chirashi sushi. One is vinegared sushi rice mixed with various chopped ingredients, topped with shredded egg omelet and seaweed. The other is various sashimi served on top of vinegared sushi rice in a container.



いなり寿司

薄切りした豆腐を揚げ、醤油や砂糖などで煮たものに酢飯を詰めた寿司の一種。複数の具材を酢飯に混ぜて詰める五目いなり寿司もある。形状は、三角形と俵型がある。

Inari stuffed tofu pockets

A type of sushi in which vinegared sushi rice is stuffed in deep-fried tofu pockets that are simmered in soy sauce and sugar. Tofu pockets stuffed with sushi rice mixed with multiple ingredients are called "gomoku inari." They are either straw bag-shaped or triangle-shaped.



助六寿司

いなり寿司と巻き寿司の詰め合わせ。いなり寿司は、薄切りした豆腐を揚げた油揚げを醤油や砂糖などで煮て、中に酢飯を詰めた寿司。巻き寿司は酢飯と具材を海苔などで筒状に巻いた寿司。歌舞伎の演目からこの組み合わせが「助六」と呼ばれるようになった。

Sushi roll and inari stuffed tofu pockets

A set consisting of inari sushi and rolled sushi. Inari sushi is a type of sushi in which vinegared sushi rice is stuffed in deep-fried tofu pockets that are simmered in soy sauce and sugar. Rolled sushi is a type of sushi in which vinegared sushi rice and ingredients are wrapped in seaweed and rolled into a cylinder. This combination came to be called "Sukeroku" from the program of the Kabuki.

Hot

温惣菜



揚げ物

【コロッケ】

| | |
|-------------|--------------------------------|
| コロッケ | Potato croquette |
| 牛肉コロッケ | Beef croquette |
| 南瓜コロッケ | Pumpkin croquette |
| さつまいもコロッケ | Sweet potato croquette |
| 野菜コロッケ | Vegetable croquette |
| カレーコロッケ | Curry croquette |
| コーンコロッケ | Corn croquette |
| クリームコロッケ | Béchamel sauce-based croquette |
| カニクリームコロッケ | Crab cream croquette |
| グラタンコロッケ | Gratin croquette |
| ビーフシチューコロッケ | Beef stew croquette |

【カツ】

| | |
|------|--------------------|
| ヒレカツ | Pork fillet cutlet |
|------|--------------------|

| | |
|---------------|---|
| ロースカツ | Pork loin cutlet |
| ソースカツ(ヒレ/ロース) | Pork (fillet/loin) cutlet with sauce |
| カツ煮(卵とじ) | Simmered fried pork cutlet with egg |
| メンチカツ | Ground meat cutlet |
| ササミカツ | Chicken inner breast cutlet |
| ササミチーズカツ | Cheese-filled chicken inner breast cutlet |
| 串カツ | Deep-fried cutlet skewer |
| レバーかつ | Liver cutlet |
| エビカツ | Deep-fried shrimp cutlet |
| ハムカツ | Ham cutlet |
| 【フライ】 | |
| アジフライ | Deep-fried horse mackerel |
| エビフライ | Deep-fried shrimp |
| イカフライ | Deep-fried calamari |
| 白身フライ | Deep-fried white fish |

| | |
|--------------|----------------------------------|
| イワシフライ | Deep-fried sardines |
| サンマフライ | Deep-fried Pacific saury |
| ししゃもフライ | Deep-fried shishamo smelt |
| さばフライ | Deep-fried mackerel |
| ホッケフライ | Deep-fried Okhotsk atka mackerel |
| カキフライ | Deep-fried oysters |
| ほたてフライ | Deep-fried scallops |
| ピーマン肉詰めフライ | Deep-fried stuffed peppers |
| うずら串フライ | Deep fried quail egg skewer |
| 【天ぷら】 | |
| 穴子の天ぷら | Conger eel tempura |
| いかの天ぷら | Calamari tempura |
| 海老の天ぷら | Shrimp tempura |
| 貝(小柱など)の天ぷら | Clam (adductor muscle) tempura |
| キスの天ぷら | Sand borer tempura |
| 野菜天ぷら | Vegetable tempura |
| かぼちゃの天ぷら | Pumpkin tempura |
| さつまいもの天ぷら | Sweet potato tempura |
| たらの芽天ぷら | Aralia sprout tempura |
| なすの天ぷら | Eggplant tempura |
| 舞茸天ぷら | Maitake mushroom tempura |
| れんこんの天ぷら | Lotus root tempura |
| かしわ天ぷら | Kashiwa chicken tempura |
| ちくわ天ぷら | Chikuwa fish cake tempura |
| 海老のかき揚げ | Shrimp-based mixed tempura |
| 海鮮かき揚げ | Seafood mixed tempura |
| 春菊のかき揚げ | Crown daisy mixed tempura |
| 紅生姜かき揚げ | Red pickled ginger mixed tempura |
| 菜の花かき揚げ | Field mustard mixed tempura |
| アスパラ豚肉巻き天ぷら | Asparagus pork roll tempura |

| | |
|------------------|--|
| そら豆とむき海老の天ぷら | Broad bean and shrimp tempura |
| なすの挟み天ぷら(ひき肉) | Stuffed eggplant tempura (ground meat) |
| 揚げ玉 | Tempura batter bits |
| 天ぷら盛り合わせ | Assorted tempura |
| 【唐揚げ】 | |
| 唐揚げ | Karaage fried chicken |
| 手羽先唐揚げ | Tebasaki karaage chicken wings |
| 鶏皮揚げ | Fried chicken skin |
| あじ唐揚げ | Fried horse mackerel |
| いわし唐揚げ | Fried sardines |
| いか唐揚げ | Fried calamari |
| たこ唐揚げ | Fried octopus |
| 【竜田揚げ】 | |
| さば竜田揚げ | Marinated and fried mackerel |
| さんま竜田揚げ | Marinated and fried Pacific saury |
| 若鶏竜田揚げ | Marinated and fried broiler chicken |
| 【フライドチキン】 | |
| フライドチキン | Fried chicken |
| フライドチキン(カレー味) | Fried chicken (curry flavor) |
| フライドチキン(骨なし) | Fried chicken (boneless) |
| チキンフィレスティック | Chicken fingers |
| ナゲット | Chicken nuggets |
| 【その他あげもの】 | |
| 揚げ出し豆腐 | Deep-fried tofu with soup stock |
| 海老黒酢あんかけ | Fried shrimp with starchy vinegar sauce |
| 魚の野菜あんかけ | Fried fish with starchy sauce and vegetables |
| 挟み天あんかけ | Stuffed tempura with starchy sauce |
| 甘辛ごぼう | Fried burdock with sweet and spicy sauce |
| いわしの甘辛揚げ | Fried sardines with sweet and spicy sauce |
| チキンの甘辛ソースがけ | Fried chicken with sweet and spicy sauce |

| | |
|----------|--------------------------------|
| チキン南蛮 | Fried chicken with sweet sauce |
| ヤンニョムチキン | Sweet and spicy Korean chicken |
| はんぺん揚げ | Deep-fried hanpen fish cake |
| 海老の包み揚げ | Wrapped and deep-fried shrimp |
| チーズ巻き | Fried cheese rolls |
| アメリカンドッグ | Corn dog |
| フライドポテト | French fries |
| ハリケーンポテト | Spiral french fries |
| おさつスティック | Fried sweet potato sticks |

【中華】

| | |
|------|------------------------------|
| 揚げ餃子 | Deep-fried Gyoza potstickers |
| 肉団子 | Deep-fried meatballs |
| 春巻き | Spring roll |
| 胡麻団子 | Deep-fried sesame balls |

焼き物

【焼き鳥】

| | |
|----------------|--|
| 焼き鳥 もも(たれ/塩) | Yakitori chicken thigh skewer (sauce/salt) |
| 焼き鳥 ねぎ間(たれ/塩) | Yakitori chicken and green onion skewer (sauce/salt) |
| 焼き鳥 つくね(たれ/塩) | Yakitori chicken meatball skewer (sauce/salt) |
| 焼き鳥 鶏皮(たれ/塩) | Yakitori chicken skin skewer (sauce/salt) |
| 焼き鳥 軟骨(たれ/塩) | Yakitori chicken cartilage skewer (sauce/salt) |
| 焼き鳥 レバー(たれ/塩) | Yakitori chicken liver skewer (sauce/salt) |
| 焼き鳥 ぼんじり(たれ/塩) | Yakitori chicken tail skewer (sauce/salt) |
| 砂肝(たれ/塩/ネギ塩) | Gizzard skewer (sauce/salt-grilled/ salt-grilled with chopped green onions) |
| 鶏ハラミ(ネギ塩焼き) | Chicken skirt steak skewer (salt-grilled with chopped green onions) |
| 焼き鳥 盛り合わせ | Assorted Yakitori chicken skewers |

【焼魚】

| | |
|--------|-----------------------------|
| アジの塩焼き | Salt-grilled horse mackerel |
| 鮭塩焼き | Salt-grilled salmon |
| さば塩焼き | Salt-grilled mackerel |

| | |
|---------|------------------------------------|
| さんま塩焼き | Salt-grilled Pacific saury |
| にしん塩焼き | Salt-grilled herring |
| さば照焼 | Mackerel teriyaki |
| ぶり照焼 | Yellowtail teriyaki |
| ほたて照焼 | Scallop teriyaki |
| まぐろかま照焼 | Tuna collar teriyaki |
| 鮭粕焼き | Grilled sake-lee-marinated salmon |
| 鮭麹焼き | Grilled rice malt-marinated salmon |
| 鮭西京焼き | Grilled miso-marinated salmon |
| 赤魚漬け焼き | Grilled marinated red rockfish |

【照焼・炙焼】

| | |
|-------------|-----------------------------|
| 照焼チキン | Teriyaki chicken |
| チキンロール | Chicken roll-ups |
| つくねロール | Chicken meatball roll-ups |
| タンドリーチキン | Tandoori chicken |
| チキンステーキ | Chicken steak |
| チャーシュー(焼き豚) | Char siu (Chinese BBQ pork) |
| あぶり焼きチキン | Broiled chicken |

【その他焼き物】

| | |
|----------------|--------------------------------------|
| ハンバーグ | Hamburger steak |
| 豆腐ハンバーグ | Tofu hamburger steak |
| 野菜のチーズ焼き | Baked vegetable with cheese |
| ベーコンとポテトのチーズ焼き | Baked potatoes with cheese and bacon |
| ポテトのオープン焼き | Oven-baked potatoes |
| ポテト焼き | Roasted potatoes |
| はんぺん焼き | Grilled Hanpen fish cake |
| 山芋ステーキ | Grilled Japanese yam steak |
| 山芋鉄板焼き | Pan-fried Japanese yam cake |
| ホルモン焼き | Grilled offal |
| 一夜干し焼きいか | Grilled and dried calamari |

| | |
|----------------|--|
| あい鴨ロースト | Roast duck |
| ローストビーフ | Roast beef |
| ローストチキン | Roast chicken |
| ローストポーク | Roast pork |
| 骨なしスペアリブ | Boneless spareribs |
| ソーセージ焼き | Grilled sausage |
| ボロニアソーセージ焼き | Grilled Bologna sausage |
| フランクフルト | Frankfurter |
| 大学芋 | Syrup-coated sweet potatoes |
| 焼き芋 | Baked sweet potatoes |
| グラタン | Gratin |
| ドリア | Doria (rice gratin) |
| だし巻玉子 | Japanese rolled omelet with broth |
| 玉子焼き(甘い/だし味) | Japanese rolled omelet (sweetened/Japanese broth) |
| 【中華】 | |
| 焼き餃子 | Pan-fried Gyoza potstickers |
| 肉餃子 | Pan-fried meat Gyoza potstickers |
| 野菜餃子 | Pan-fried vegetable Gyoza potstickers |
| 【たこ焼き】 | |
| たこ焼き | Takoyaki octopus balls |
| たこ焼き・焼きそばセット | Takoyaki octopus balls & Yakisoba fried noodles combo meal |
| 【お好み焼き】 | |
| お好み焼き | Okonomiyaki (fried pancake with cabbage and selected toppings) |
| お好み焼き(海鮮) | Okonomiyaki (seafood) |
| お好み焼き(豚玉) | Okonomiyaki (pork) |
| お好み焼き(ミックス) | Okonomiyaki (mixed) |
| 広島風お好み焼き | Hiroshima-style okonomiyaki |
| 【ピザ】 | |
| エビマヨピザ | Shrimp and mayonnaise pizza |
| シーフードピザ | Seafood pizza |

| | |
|--------------|---|
| 照焼チキンピザ | Teriyaki chicken pizza |
| ベーコン&ポテトピザ | Bacon and potato pizza |
| マルゲリータ | Pizza Margherita |
| 煮物 | |
| 【煮物】 | |
| ひじきの煮物 | Simmered hijiki seaweed |
| 五目ひじき煮 | Multi-ingredient simmered hijiki seaweed |
| きんぴらごぼう | Stir-fried braised burdock root |
| 昆布巻き煮 | Simmered kelp roll |
| 結び昆布 | Simmered tied kelp |
| 卵の花 | Simmered soybean pulp |
| 切干大根の煮物 | Simmered dried radish strips |
| 高野豆腐 | Freeze-dried Tofu soaked in Japanese broth |
| 野菜の煮物 | Simmered vegetables |
| 里芋煮 | Simmered taro root |
| いか里芋煮 | Simmered calamari and taro root |
| 筑前煮 | Chikuzenni simmered chicken and vegetables |
| 筍土佐煮 | Tosani simmered bamboo shoots |
| かぼちゃ煮 | Simmered sweet pumpkin |
| かぼちゃのそぼろ餡 | Simmered pumpkin with ground meat and starchy sauce |
| なすの旨煮 | Simmered eggplant |
| ふき煮 | Simmered Japanese butterbur |
| ぜんまい煮 | Simmered Japanese royal fern |
| 甘辛こんにゃくごぼう | Sweet and spicy konjac and burdock |
| 肉じゃが | Nikujyaga simmered meat and potatoes |
| 角煮 | Braised pork |
| もつ煮 | Simmered offal |
| ロールキャベツのトマト煮 | Cabbage roll with tomato |
| 味付けゆでたまご | Marinated boiled egg |
| 【煮魚】 | |

| | |
|--------|-----------------------------|
| かれい煮付け | Simmered flatfish |
| さば煮付 | Simmered mackerel |
| さば味噌煮 | Simmered mackerel with miso |

【煮豆】

| | |
|-----|---------------------------------|
| 金時豆 | Simmered sweet red kidney beans |
| 黒豆 | Simmered sweet black beans |
| 昆布豆 | Simmered kelp and beans |

【鍋・スープ】

| | |
|-----------|----------------------------------|
| おでん | Oden |
| すき焼き | Sukiyaki |
| チゲ鍋 | Korean stew |
| 豆乳鍋 | Soy milk hot pot |
| クラムチャウダー | Clam chowder |
| 肉団子の春雨スープ | Glass noodle soup with meatballs |

蒸し物

【中華】

| | |
|-----|------------------|
| 焼売 | Steamed dumpling |
| 小籠包 | Soup dumpling |
| 肉まん | Steamed bun |

【茶碗蒸し】

| | |
|------------|--------------------------------------|
| 茶碗蒸し | Steamed egg custard |
| 茶碗蒸し(五目) | Multi-ingredient steamed egg custard |
| 茶碗蒸し(海老入り) | Steamed egg custard (with shrimp) |

【蒸し物】

| | |
|------|-----------------------|
| 海老真薯 | Steamed ground shrimp |
|------|-----------------------|

炒め物

【炒め物】

| | |
|----------|------------------------------------|
| きんぴらごぼう | Stir-fried braised burdock root |
| 根菜きんぴら | Stir-fried braised root vegetables |
| ジャーマンポテト | German fries |

| | |
|--------------|----------------------------------|
| ほうれん草とベーコン炒め | Sautéed spinach and bacon |
| レバニラ炒め | Sautéed liver and Chinese chives |
| 豚キムチ | Pork and kimchi stir fry |
| タイ風春雨炒め | Stir-fried Thai glass noodle |
| ガーリックシュリンプ | Garlic shrimp |

【中華】

| | |
|-------------|---|
| 海老チリ | Chili shrimp |
| 海老マヨ | Mayonnaise shrimp |
| オイスターソース炒め | Stir-fried vegetables with oyster sauce |
| 酢豚 | Sweet and sour pork |
| 青椒肉絲 | Chinese pepper steak |
| 八宝菜 | Chinese vegetable stir fry |
| 鶏とカシューナッツ炒め | Chicken and cashew nut stir fry |
| 炒り玉子 | Chinese scrambled eggs |
| 豚肉と木耳の炒め物 | Pork and wood ear stir fry |
| ザーサイ油炒め | Mustard stem stir fry |

オードブル

【オードブル】

| | |
|------------|--|
| オードブル | Appetizers |
| オードブル(中華) | Appetizers (Chinese) |
| オードブル(和風) | Appetizers (Japanese) |
| オードブル(洋風) | Appetizers (Western) |
| オードブル焼鳥セット | Assorted appetizer Yakitori chicken skewers |
| フライドチキンセット | Assorted fried chicken |
| 和惣菜盛り合わせ | Assorted Japanese side dishes |
| 中華3点盛 | Three Chinese appetizers |
| 点心セット | Assorted dim sum (spring rolls, potstickers, steamed dumpling, soup dumpling, etc.) |

Chilled

冷惣菜



和え物

【和え物】

| | |
|-------------|--|
| ほうれん草の胡麻和え | Spinach with sesame dressing |
| オクラの胡麻和え | Okra with sesame dressing |
| いんげんの胡麻和え | Green beans with sesame dressing |
| ほうれん草の白和え | Spinach dressed with tofu and white sesame |
| ほうれん草のからしあえ | Spinach with Japanese mustard |
| 菜の花のからしあえ | Field mustard with Japanese mustard |
| ほうれん草のお浸し | Boiled spinach with soup stock |
| オクラのお浸し | Boiled okra with soup stock |
| オクラと山芋のお浸し | Boiled okra and Japanese yam with soup stock |
| 茄子の揚げ浸し | Fried eggplant soaked in Japanese seasoned broth |
| ナムル盛り合わせ | Assorted namul |
| 蒸し鶏中華くらげ | Steamed chicken and jellyfish |
| バンバンジー | Chinese shredded chicken salad |

たこのカルパッチョ

Octopus carpaccio

チャーシューメンマ

Barbequed pork and bamboo shoots

【酢の物】

紅白なます

Vinegared white radish and carrot

カニカマ酢の物

Marinated crab stick

春雨と木耳の酢の物

Marinated glass noodles and wood ear

たこときゅうりの酢の物

Vinegared cucumber and octopus

たことわかめの酢の物

Marinated octopus and seaweed

あじの南蛮漬け

Deep-fried horse mackerel marinated in vinegar sauce

あさりとネギのヌタ

Clam and green onion with vinegar and miso dressing

野菜の酢味噌和え

Vegetables with vinegar and miso dressing

サラダ

【サラダ】

野菜サラダ

Salad

生野菜サラダ

Fresh vegetable salad

| | |
|-------------------|---|
| 焼き野菜のサラダ | Grilled vegetable salad |
| 和風サラダ | Japanese-style salad |
| シーザーサラダ | Caesar salad |
| トマトサラダ | Tomato salad |
| コーンサラダ | Corn salad |
| アボカドサラダ | Avocado salad |
| コブサラダ | Cobb salad |
| バジルサラダ | Basil salad |
| 雑穀サラダ | Millet salad |
| 豆腐サラダ | Tofu salad |
| スモークサーモンサラダ | Smoked salmon salad |
| 蒸し鶏サラダ | Steamed chicken salad |
| ベーコンサラダ | Bacon salad |
| 唐揚げサラダ | Karaage fried chicken salad |
| 合鴨のサラダ | Duck salad |
| ポテトサラダ | Potato salad |
| かぼちゃサラダ | Pumpkin salad |
| ツナマカロニサラダ | Tuna and macaroni salad |
| ハムのマカロニサラダ | Ham and macaroni salad |
| パスタサラダ | Pasta salad |
| いかと明太子の Pasta サラダ | Pasta salad with calamari and spicy cod roe |
| 冷製ペネアラビアータサラダ | Cold penne arrabbiata |
| ラーメンサラダ | Cold Ramen salad |
| 明太子マヨネーズサラダ | Spicy cod roe and mayonnaise salad |
| 海老タルタルサラダ | Shrimp salad with tartar sauce |
| 海老アボカドたまごサラダ | Egg salad with shrimp and avocado |
| カニ風味サラダ | Crab stick salad |
| ごぼうの根菜サラダ | Root vegetable salad with burdock |
| 豆サラダ | Bean salad |
| カプレーゼ | Caprese salad |

| | |
|--------------------------|--------------------------------|
| キャロットラペ | Grated carrot salad |
| ヤムウンセン風サラダ (タイ風春雨サラダ) | Thai glass noodle salad |
| 中華春雨サラダ | Chinese glass noodle salad |
| バンバンジーサラダ | Chinese shredded chicken salad |
| サラダビビンバ | Korean mixed salad |
| ロコモコ風サラダ | Loco moco salad |
| おくらと山芋のネバネバサラダ | Okra and Japanese yam salad |
| キャベツのうま塩サラダ | Salted cabbage salad |
| おつまみキャベツ | Cabbage salad with sesame oil |
| おつまみ胡瓜 | Cucumber salad with sesame oil |
| 南瓜のデザートサラダ | Dessert salad with pumpkin |
| ヨーグルトサラダ | Yogurt salad |
| サラダ盛り合わせ | Assorted salad |
| サラダセット | Salad combo meal |

【ゆで豆】

| | |
|----|--------------------|
| 枝豆 | Boiled edamame |
| 空豆 | Boiled broad beans |

漬物

【漬物】

| | |
|-----------|---|
| ぬか漬け盛り合わせ | Assorted pickles fermented in rice bran |
| きゅうりの一夜漬 | Cucumber pickles |
| 新生姜 | Pickled young ginger |
| 松前漬 | Marinated dried squid, kelp and herring roe |
| キムチ | Kimchi |
| オイキムチ | Cucumber kimchi |

おせち料理

| | |
|-----|------------------------|
| おせち | Japanese New Year food |
|-----|------------------------|

Noodles

調理麺



調理麺

| | |
|----------------|---------------------------------------|
| (冷やし) そうめん | (Cold) Somen noodles |
| (冷やし) ぶっかけそうめん | (Cold) Somen noodles with soup stock |
| (冷やし) そば | (Cold) Soba (Buckwheat noodles) |
| (冷やし) ざるそば | (Cold) Zaru soba |
| (冷やし) とろろそば | (Cold) Soba with grated yam |
| (冷やし) おろしそば | (Cold) Soba with grated white radish |
| (冷やし) 天ぷらそば | (Cold) Tempura soba |
| (冷やし) たぬきそば | (Cold) Soba with fried tempura batter |
| (冷やし) きつねそば | (Cold) Soba with fried tofu |
| (冷やし) うどん | (Cold) Udon (Wheat noodles) |
| (冷やし) ざるうどん | (Cold) Zaru udon |
| (冷やし) おろしうどん | (Cold) Udon with grated white radish |
| (冷やし) 天ぷらうどん | (Cold) Tempura udon |
| (冷やし) たぬきうどん | (Cold) Udon with fried tempura batter |

| | |
|---------------|--|
| (冷やし) きつねうどん | (Cold) Udon with fried tofu |
| (冷やし) ぶっかけうどん | (Cold) Udon with soup stock |
| (冷やし) 生醤油うどん | (Cold) Soy sauce udon |
| (冷やし) 醤油ラーメン | (Cold) Soy sauce ramen |
| (冷やし) 味噌ラーメン | (Cold) Miso ramen |
| (冷やし) 塩ラーメン | (Cold) Salt ramen |
| (冷やし) 担々麺 | (Cold) Chinese noodles with spicy meat sauce |
| 冷やし中華 | Chilled ramen with toppings |
| 冷麺 | Korean-style chilled noodles with soup stock |
| ジャージャー麺 | Chinese noodles with thick salty sauce |
| (温) かけそば | (Microwave) Soba |
| (温) 天ぷらそば | (Microwave) Tempura soba |
| (温) たぬきそば | (Microwave) Soba with fried tempura batter |
| (温) きつねそば | (Microwave) Soba with fried tofu |
| (温) かき揚げそば | (Microwave) Soba with mixed tempura |

| | |
|-------------|--|
| (温)うどん | (Microwave) Udon |
| (温)天ぷらうどん | (Microwave) Tempura udon |
| (温)たぬきうどん | (Microwave) Udon with fried tempura batter |
| (温)きつねうどん | (Microwave) Udon with fried tofu |
| (温)あんかけうどん | (Microwave) Udon with starchy sauce |
| (温)醤油ラーメン | (Microwave) Soy sauce ramen |
| (温)味噌ラーメン | (Microwave) Miso ramen |
| (温)塩ラーメン | (Microwave) Salt ramen |
| (温)とんこつラーメン | (Microwave) Tonkotsu pork stock ramen |
| (温)タンメン | (Microwave) Vegetable noodle soup with meat |
| (温)担々麺 | (Microwave) Chinese noodles with spicy meat sauce |
| (温)台湾ラーメン | (Microwave) Taiwan ramen |

パスタ

| | |
|----------|------------------------------------|
| アラビアータ | Pasta Arrabbiata |
| ペネアラビアータ | Penne Arrabbiata |
| カルボナーラ | Carbonara |
| ジェノベーゼ | Pasta Genovese |
| ナポリタン | Napolitan (Japanese ketchup pasta) |
| ペペロンチーノ | Spaghetti Aglio e Olio |
| ボロネーゼ | Pasta Bolognese |
| ミートソース | Pasta with meat sauce |
| 和風パスタ | Japanese-style pasta |

焼きそば

| | |
|----------|--|
| 焼きそば | Yakisoba fried noodles |
| 上海焼きそば | Shanghai-style yakisoba noodles |
| あんかけ焼きそば | Pan-fried noodles with starchy sauce |
| かた焼きそば | Deep-fried noodles with starchy sauce |
| ジャージャー麺 | Spicy Chinese noodles with thick salty sauce |
| 焼きうどん | Fried udon noodles |

Rice

お弁当・ご飯



| 弁当 | |
|--------------|--|
| 弁当 | Bento box |
| 海苔弁当 | Nori seaweed bento |
| 幕の内弁当 | Makunouchi bento |
| 鮭弁当 | Salmon bento |
| 紅鮭弁当 | Sockeye salmon bento |
| ハンバーグ弁当 | Hamburger steak bento |
| メンチカツ弁当 | Ground meat cutlet bento |
| チキン南蛮弁当 | Fried chicken with sweet sauce bento |
| ミックスフライ弁当 | Assorted fried food bento |
| 白身魚フライ弁当 | Fried white fish bento |
| アジフライ弁当 | Fried horse mackerel bento |
| 照焼きチキン弁当 | Teriyaki chikin bento |
| ロースとんかつ弁当 | Pork loin cutlet bento |
| 唐揚げ弁当 | Karaage fried chicken bento |
| カレー風味唐揚げ弁当 | Curry-flavored karaage fried chicken bento |
| 若鳥と根菜の黒酢あん弁当 | Chicken and root vegetables with black vinegar sauce bento |
| ステーキ弁当 | Steak bento |
| 生姜焼き弁当 | Ginger pork bento |
| 玉子焼き弁当 | Rolled omelet bento |
| 中華弁当 | Chinese bento |
| ロールキャベツ弁当 | Cabbage roll bento |
| とり天野菜あんかけ弁当 | Chicken tempura and vegetable with starchy sauce bento |
| 餃子弁当 | Gyoza potsticker bento |
| 焼売弁当 | Steamed dumpling bento |
| 油淋鶏弁当 | Chinese-style fried chicken bento |
| 焼鳥弁当 | Chicken skewer bento |
| 牛しぐれ煮弁当 | Simmered beef bento |
| 雑穀米弁当 | Multigrain rice bento |
| 赤飯弁当 | Red bean rice bento |

| | |
|----------------------------|--|
| 炒飯 & 春巻き | Fried rice & spring rolls |
| 炒飯 & 焼き餃子 | Fried rice & potstickers |
| セット物 | |
| (うどん/そば/そうめん)セット (うな丼) | (Udon/Soba noodle/Somen noodle) combo meal (unagi eel bowl) |
| (うどん/そば/そうめん)セット (牛丼) | (Udon/Soba noodle/Somen noodle) combo meal (beef bowl) |
| (うどん/そば/そうめん)セット (かつ丼) | (Udon/Soba noodle/Somen noodle) combo meal (fried pork cutlet bow with egg) |
| (うどん/そば/そうめん)セット (天丼) | (Udon/Soba noodle/Somen noodle) combo meal (tempura bowl) |
| (うどん/そば/そうめん)セット (焼き鳥丼) | (Udon/Soba noodle/Somen noodle) combo meal (chicken skewer bowl) |
| ごはん | |
| 白飯 | White rice |
| もち麦ご飯 | Pearl barley and rice |
| 十六雑穀米ごはん | 16 Multi grain rice |
| 栗ごはん | Chestnut sticky rice |
| 炊き込みご飯 | Seasoned rice with mixed ingredients |
| わっぱ飯 | Steamed rice in Wappa bento box |
| たこ飯 | Octopus rice |
| カキめし | Oyster rice |
| かしわめし | Chicken and rice |
| 鶏めし | Chicken and rice |
| 鯛茶漬け | Red sea bream on rice with tea |
| 茶飯 | Tea rice (rice boiled in tea) |
| ジャンバラヤ | Jambalaya |
| カレーライス | Curry and rice |
| カレー(ナン) | Curry and naan |
| 焼きカレー | Baked curry rice |
| カツカレー | Curry with fried pork cutlet |
| ドリア | Doria (rice gratin) |
| ミートドリア | Meat doria (rice gratin) |
| ピラフ | Pilaf |
| ガーリックライス | Garlic rice |

| | |
|-------------|---|
| パエリア | Paella |
| オムライス | Omurice (Japanese omelet rice) |
| 炒飯 | Fried rice |
| 丼もの | |
| かつ丼(ロース/ヒレ) | Fried pork cutlet bowl with egg (loin/fillet) |
| ソースかつ丼 | Fried pork cutlet bowl with thick sauce |
| 天丼 | Tempura rice bowl |
| 鶏天丼 | Chicken tempura bowl |
| かき揚げ丼 | Mixed tempura bowl |
| 天とじ丼 | Tempura bowl with egg |
| 親子丼 | Chicken and egg bowl |
| 焼き鳥丼 | Chicken skewer bowl |
| 鶏つくね丼 | Chicken meat ball bowl |
| 焼肉丼 | Yakiniku grilled meat bowl |
| 豚丼 | Simmered pork rice bowl |
| 牛丼 | Beef rice bowl |
| 牛めし重 | Beef rice box |
| うな丼 | Unagi eel rice bowl |
| うな重 | Unagi eel rice box |
| 鮭ほぐし重 | Salmon flake rice box |
| 中華丼 | Chinese rice bowl |
| 麻婆豆腐丼 | Mapo tofu bowl |
| 天津飯 | Crab omelet on rice |
| 回鍋肉丼 | Twice-cooked pork bowl |
| エビチリ丼 | Chili shrimp bowl |
| ルーローハン | Minced pork rice |
| ビビンバ丼 | Bibimbap Korean rice bowl |
| ガパオライス | Thai fried rice |
| おにぎり | |
| おにぎり(塩) | Salt onigiri rice ball |

| | |
|-------------------|--|
| おにぎり(梅) | Onigiri rice ball (umeboshi) |
| おにぎり(鮭) | Onigiri rice ball (salmon) |
| おにぎり(おかか) | Onigiri rice ball (bonito flake) |
| おにぎり(昆布) | Onigiri rice ball (kelp) |
| おにぎり(とろろ昆布/おぼろ昆布) | Onigiri rice ball (shredded kelp) |
| おにぎり(ツナマヨ) | Onigiri rice ball (tuna mayonnaise) |
| おにぎり(五目) | Onigiri rice ball (mixed rice) |
| おにぎり(たらこ) | Onigiri rice ball (pollock roe) |
| おにぎり(明太子/辛子明太子) | Onigiri rice ball (spicy cod roe) |
| おにぎり(すじこ) | Onigiri rice ball (salmon roe) |
| おにぎり(わかめ) | Onigiri rice ball (seaweed) |
| おにぎり(野沢菜) | Onigiri rice ball (nozawana leaf) |
| おにぎり(しその実) | Onigiri rice ball (shiso) |
| おにぎり(梅しそ) | Onigiri rice ball (pickled ume with shiso) |
| おにぎり(梅高菜) | Onigiri rice ball (ume and mustard leaf) |
| おにぎり(エビマヨ) | Onigiri rice ball (mayonnaise shrimp) |
| おにぎり(しらす) | Onigiri rice ball (whitebait) |
| おにぎり(鶏ごぼう) | Onigiri rice ball (chicken and burdock) |
| おにぎり(牛カルビ) | Onigiri rice ball (beef) |
| おにぎり(豚キムチ) | Onigiri rice ball (pork and kimchi) |
| おにぎり(味玉) | Onigiri rice ball (seasoned egg) |
| おにぎり(ベーコンエッグ) | Onigiri rice ball (bacon and egg) |
| おにぎり(へしこ) | Onigiri rice ball (Fermented mackerel) |
| 天むす | Onigiri rice ball with tempura |

おこわ

| | |
|--------|--|
| 赤飯 | Sekihan red bean sticky rice |
| おこわ | Steamed sticky rice |
| 筍おこわ | Steamed sticky rice mixed with bamboo shoots |
| 栗おこわ | Steamed sticky rice mixed with chestnut |
| あさりおこわ | Steamed sticky rice mixed with clam |

| | |
|---------|---|
| 梅しそおこわ | Steamed sticky rice mixed with pickled ume and shiso |
| 梅じゃこおこわ | Steamed sticky rice mixed with pickled ume and whitebait |
| 桜海老おこわ | Steamed sticky rice mixed with sakura shrimp |
| 鮭野沢菜おこわ | Steamed sticky rice mixed with salmon and Nozawana leaves |
| 生姜おこわ | Steamed sticky rice mixed with ginger |
| 高菜おこわ | Steamed sticky rice mixed with mustard leaf |
| ほたておこわ | Steamed sticky rice mixed with scallop |

おはぎ

| | |
|------------|---|
| おはぎ(あんこ) | Ohagi sweet rice ball (red bean paste) |
| おはぎ(きなこ) | Ohagi sweet rice ball (roasted soybean flour) |
| おはぎ(ごま) | Ohagi sweet rice ball (sesame) |
| おはぎ(くるみ) | Ohagi sweet rice ball (walnut) |
| おはぎ(黒蜜きなこ) | Ohagi sweet rice ball (brown sugar syrup and roasted soybean flour) |
| おはぎ(ずんだ) | Ohagi sweet rice ball (green soybean) |
| 大福 | Mochi with sweet filling |
| わらび餅 | Warabi mochi |
| 五平餅 | Mochi with sweet-salty sauce |

Sushi

寿司



寿司

| | |
|------------------|---|
| 握り寿司 (赤貝) | Nigiri sushi (ark shell) |
| 握り寿司 (あじ) | Nigiri sushi (horse mackerel) |
| 握り寿司 (穴子) | Nigiri sushi (conger eel) |
| 握り寿司 (甘エビ) | Nigiri sushi (sweet shrimp) |
| 握り寿司 (うなぎ) | Nigiri sushi (eel) |
| 握り寿司 (うに) | Nigiri sushi (sea urchin) |
| 握り寿司 (海老) | Nigiri sushi (shrimp) |
| 握り寿司 (海老とアボカドマヨ) | Nigiri sushi (shrimp and avocado with mayonnaise) |
| 握り寿司 (えんがわ) | Nigiri sushi (flatfish fin) |
| 握り寿司 (大トロ) | Nigiri sushi (fatty tuna) |
| 握り寿司 (数の子) | Nigiri sushi (herring roe) |
| 握り寿司 (カニ) | Nigiri sushi (crab) |
| 握り寿司 (かんぱち) | Nigiri sushi (amberjack) |
| 握り寿司 (昆布×平目) | Nigiri sushi (flounder marinated with kelp) |

| | |
|--------------------|---|
| 握り寿司 (サーモン) | Nigiri sushi (salmon) |
| 握り寿司 (サーモンとアボカドマヨ) | Nigiri sushi (salmon and avocado with mayonnaise) |
| 握り寿司 (さより) | Nigiri sushi (halfbeak) |
| 握り寿司 (さんま) | Nigiri sushi (Pacific saury) |
| 握り寿司 (白えび) | Nigiri sushi (white shrimp) |
| 握り寿司 (鯛) | Nigiri sushi (sea bream) |
| 握り寿司 (たこ) | Nigiri sushi (octopus) |
| 握り寿司 (玉子) | Nigiri sushi (egg) |
| 握り寿司 (中トロ) | Nigiri sushi (medium fatty tuna) |
| 握り寿司 (つぶ貝) | Nigiri sushi (whelk) |
| 握り寿司 (天然車海老) | Nigiri sushi (wild tiger prawn) |
| 握り寿司 (生サーモン) | Nigiri sushi (fresh salmon) |
| 握り寿司 (のどぐろ) | Nigiri sushi (rosy seabass) |
| 握り寿司 (ハチメ) | Nigiri sushi (Japanese red seaperch) |
| 握り寿司 (平目) | Nigiri sushi (flounder) |

| | |
|---------------|-------------------------------|
| 握り寿司(銀鮭) | Nigiri sushi (coho salmon) |
| 握り寿司(ぶり) | Nigiri sushi (yellowtail) |
| 握り寿司(ほたて) | Nigiri sushi (scallop) |
| 握り寿司(本マグロ) | Nigiri sushi (bluefin tuna) |
| 握り寿司(まぐろ) | Nigiri sushi (tuna) |
| 握り寿司(蒸しえび) | Nigiri sushi (steamed shrimp) |
| 握り寿司(ヤリイカ) | Nigiri sushi (squid) |
| 握り寿司(ローストビーフ) | Nigiri sushi (roast beef) |
| まぐろたたき軍艦巻き | Chopped tuna gunkan sushi |
| いくら軍艦巻き | Salmon roe gunkan sushi |
| イタヤ貝軍艦巻き | Bay scallop gunkan sushi |
| ツナサラダ軍艦巻き | Tuna salad gunkan sushi |
| しらす軍艦巻き | Whitebait gunkan sushi |
| サーモン軍艦巻き | Salmon gunkan sushi |
| ずわいがに軍艦巻き | Snow crab gunkan sushi |
| 手まり寿司 | Temari ball-shaped sushi |
| 握り寿司(盛り合わせ) | Assorted nigiri sushi |

ちらし・丼

| | |
|-----------|--|
| ちらし寿司 | Chirashi scattered sushi |
| 五目ちらし寿司 | Chirashi scattered sushi with multi-ingredient |
| 海鮮ちらし寿司 | Seafood chirashi scattered sushi |
| 贅沢ちらし寿司 | Luxury seafood chirashi scattered sushi |
| 海鮮バラちらし寿司 | Seafood chirashi mixed sushi |
| 海鮮丼 | Seafood bowl |
| ネバネバ丼 | Tuna, natto, seaweed, and okra bowl |
| 鮭といくらの親子丼 | Salmon and salmon roe bowl |
| イカ納豆丼 | Squid and natto bowl |
| ネギトロ温玉納豆丼 | Chopped tuna with egg and natto bowl |
| サーモンアボカド丼 | Salmon avocado bowl |
| サラダ鉄火丼 | Salad bowl with tuna sashimi |

恵方巻

| | |
|----------------|--|
| 恵方巻き | Ehomaki rolled sushi |
| 海鮮恵方巻き | Ehomaki seafood rolled sushi |
| 海老カツ恵方巻き | Ehomaki rolled sushi with fried shrimp |
| 七福恵方巻き(7種類の具材) | 7-ingredient ehomaki rolled sushi |

巻寿司

| | |
|--------------|-------------------------------|
| 太巻き | Thick rolled sushi |
| 中巻き | Medium rolled sushi |
| 細巻き | Thin rolled sushi |
| 穴子巻き | Conger eel roll |
| アボカド巻き | Avocado sushi |
| イカ納豆巻き | Squid and natto roll |
| 梅巻き | Ume roll |
| 海鮮太巻き | Seafood thick roll |
| かっぱ巻き | Cucumber roll |
| かんぴょう巻き | Dried gourd roll |
| キムチ納豆巻き | Kimchi natto roll |
| 牛ブルコギ巻き | Beef bulgogi roll |
| サーモン巻き | Salmon roll |
| サーモンサラダ巻き | Salmon salad roll |
| サーモンマヨ巻き | Salmon mayonnaise roll |
| サラダ巻き | Salad roll |
| 玉子巻き | Egg roll |
| 玉子マヨ巻き | Egg mayonnaise roll |
| ツナサラダ巻き | Tuna salad roll |
| ツナマヨ巻き | Tuna mayonnaise roll |
| 鉄火巻き | Tuna roll |
| 納豆巻き | Natto roll |
| ネギトロ | Chopped tuna roll |
| ネギトロとアボカドロール | Chopped tuna and avocado roll |

ホッキ貝サラダ巻き Surf clam salad roll

まぐろたたき巻き Chopped tuna roll

ローストビーフ巻き Roast beef roll

押し寿司

棒寿司 Pressed sushi

笹寿司 Bamboo leaf-wrapped sushi

さば寿司 Mackerel sushi

ハツテラ Pressed sushi marinated with kelp

いなり寿司

いなり寿司 Inari stuffed tofu pockets

そばいなり寿司 Inari stuffed tofu pockets with soba

米

舍利 Sushi rice

セット

(うどん/そば/そうめん)& 海鮮丼セット (Udon/Somen/Soba) noodle and seafood bowl combo meal

(うどん/そば/そうめん)& 寿司セット (Udon/Somen/Soba) noodle and sushi combo meal

(うどん/そば/そうめん)& 鉄火丼セット (Udon/Somen/Soba) noodle and tuna sashimi bowl combo meal

(うどん/そば/そうめん)& 太巻き寿司セット (Udon/Somen/Soba) noodle and thick rolled sushi combo meal

(うどん/そば/そうめん)& ちらし寿司セット (Udon/Somen/Soba) noodle and chirashi scattered sushi combo

いなり寿司&太巻き寿司セット Inari stuffed tofu pockets and thick rolled sushi

助六寿司 Sushi roll and inari stuffed tofu pockets combo

その他 お惣菜メニューに使う用語集

| | | | |
|----------|--------------------|---------------|---|
| 〇〇入り | with 〇〇 | 厚切り | Thick-sliced |
| 〇〇香る | Savory aroma of 〇〇 | アップルマンゴーソース | Apple mango sauce |
| 〇〇貫 | 〇〇 pieces | 脂ののった | Fatty |
| 〇〇サラダ | 〇〇 salad | 炙り | Broil |
| 〇〇産 | (地名)-grown (食材) | 荒潮育ち | Grown in an environment with fast tidal current |
| 〇〇仕立て | 〇〇-style | あら焼 | Grilled fish scraps |
| 〇〇種 | 〇〇 types | あんかけ | Starchy sauce |
| 〇〇種具材の | 〇〇-ingredient | 活〆 | Ikejime method |
| 〇〇種盛り | Assorted 〇〇 pieces | 磯辺 | With dried seaweed |
| 〇〇添え | with 〇〇 | 1日の1/2の野菜が摂れる | Contains 1/2 of recommended daily intake of vegetables. |
| 〇〇ソース | 〇〇 sauce | 1日分の野菜が摂れる | Contains a day's worth of vegetables |
| 〇〇の中巻き寿司 | 〇〇 medium roll | 彩り | Color coordination |
| 〇〇の太巻き寿司 | 〇〇 thick roll | 旨さ広がる | Flavorsome |
| 〇〇の細巻き寿司 | 〇〇 roll | 旨味 | Savory taste |
| 〇〇品目の | 〇〇-ingredient | 梅しそ | Pickled ume with shiso |
| 〇〇水揚げ | 〇〇 catch | お祝い | Celebration |
| 秋の味覚 | Fall flavor | 黄金焼き | Golden-fried |

| | |
|---------|-------------------------------|
| 大海老 | Large shrimp |
| 大きな | Big/Large |
| 大葉 | Shiso leaf |
| オーロラソース | Aurora sauce |
| おつまみ | Snacks |
| お手軽 | Easy |
| お手頃 | Affordable |
| オマールソース | Lobster sauce |
| 温玉 | Soft-boiled egg |
| 海鮮 | Seafood |
| 香り揚げ | Deep-fried seasoned ○○ |
| かま焼 | Grilled collar |
| 岩塩 | Rock salt |
| 監修 | Supervised by ○○ |
| 完熟 | Ripe |
| 季節の | Seasonal |
| ぎっしり | Packed |
| 魚介だし香る | Savory aroma of fish stock |
| 煌めく | Sparkle |
| 近海 | Shore |
| クリーミー | Creamy |
| 黒毛和牛 | Kuroge Wagyu beef |
| 黒胡椒 | Black pepper |
| 黒酢和え | With black vinegar |
| 黒酢香る | Savory aroma of black vinegar |
| 限定 | Limited |
| 香ばし | Savory |
| 小エビ | Small shrimp |
| コク | Rich flavor |
| 国産 | Domestic |

| | |
|---------|--|
| こぼれ | Overflow |
| ゴロゴロ | Chunky |
| コロコロ揚げ | Diced & fried |
| ごろっと | Chunky |
| こんがり | Golden brown |
| さくさく | Crispy |
| サクラエビ | Sakura shrimp |
| ささがき | Shavings |
| 三昧 | Indulgence |
| ジェノベーゼ風 | Genovese-style |
| 直火 | Open fire |
| シャキシャキ | Crunchy |
| ジューシー | Juicy |
| 旬 | In season |
| 上 | Premium |
| 生姜 | Ginger |
| 醤油香る | Savory aroma of soy sauce |
| 地養卵 | Jiyoran egg (from locally raised chickens fed on natural fodder) |
| スタミナ | Stamina |
| スティック | Stick |
| スパニッシュ風 | Spanish |
| スペアリブ | Spare ribs |
| 炭で炙った | Charcoal-roasted |
| スモーク | Smoked |
| 贅沢 | Luxury |
| ソース | Sauce |
| 大根おろし | Grated white radish |
| だし香る | Savory aroma of stock |
| たっぷり | Full of ○○ |
| たまり醤油 | Tamari (aged soy sauce) |

| | |
|-------------|---------------------------|
| タルタルソース | Tartar sauce |
| たれ | Sauce |
| チーズたっぷり | Cheesy |
| づくし | Galore |
| 手造り | Homemade |
| デミソース | Demi-glace |
| 天かす(揚げ玉) | Tempura batter bits |
| 店内加工 | Processed on the premises |
| 店内調理 | Prepared on the premises |
| 天然 | Wild |
| 年越し用 | For New Year's Eve |
| トマトソース | Tomato sauce |
| とろーり | Melting |
| とろける | Melting |
| とろとろ | Smooth and creamy |
| 生 | Fresh |
| 肉汁 | Meat juice |
| ネギ塩 | Salt and green onions |
| 濃厚 | Rich |
| 海苔塩 | Seaweed salt |
| ハーブ | Herb |
| 梅肉 | Pickled ume paste |
| ハニーマスタードソース | Honey mustard sauce |
| パラパラ | Crumbly |
| 腹身 | Belly |
| パリッと | Crisp |
| 一口 | Bite-size |
| 氷温熟成 | Ice-temperature aging |
| ピリ辛 | Spicy |
| ふっくら | Fluffy |

| | |
|-----------|---------------------------|
| ぷりぷり | Plump |
| プレート | Plate |
| フレーバー | Flavor |
| ふわとろ | Fluffy and creamy |
| ふわふわ | Soft |
| 棒 | Stick |
| ほくほく | Soft and fluffy |
| 骨付き | Bone-in |
| 骨なし | Boneless |
| 本格 | Authentic |
| 丸揚げ | Whole fried |
| まるごと | Whole |
| 味噌香る | Savory aroma of miso |
| みぞれ | Grated white radish |
| 昔ながら | Traditional |
| 名物 | Specialty |
| 明太ソース | Spicy cod roe sauce |
| 明太マヨネーズ | Spicy cod roe mayonnaise |
| もちもち/もっちり | Chewy |
| 野菜が摂れる | Packed full of vegetables |
| やわらか | Soft |
| 雪下 | Snow-preserved |
| 欲張り | All-in-one |
| リンゴ酢 | Apple cider vinegar |
| ロースト | Roast |
| わさび | Wasab |
| 和風 | Japanese-stylei |



Index

索引



| | | | |
|-------------------|----|----------------|----|
| あ | | | |
| 合鴨のサラダ | 23 | いくら軍艦巻き | 30 |
| あい鴨ロースト | 20 | 活メ | 32 |
| 赤魚漬け焼き | 19 | 磯辺 | 32 |
| 秋の味覚 | 32 | イタヤ貝軍艦巻き | 30 |
| 揚げ餃子 | 19 | 1日の1/2の野菜が摂れる | 32 |
| 揚げ出し豆腐 | 18 | 1日分の野菜が摂れる | 32 |
| 揚げ玉 | 18 | 一夜干し焼きいか | 19 |
| あさりおこわ | 28 | いなり寿司 | 31 |
| あざりとネギのヌタ | 22 | いなり寿司&太巻き寿司セット | 31 |
| あじ唐揚げ | 18 | 炒り玉子 | 21 |
| 味付けゆでたまご | 20 | 彩り | 32 |
| アジの塩焼き | 19 | いわし唐揚げ | 18 |
| あじの南蛮漬け | 22 | いわしの甘辛揚げ | 18 |
| アジフライ | 17 | イワシフライ | 18 |
| アジフライ弁当 | 26 | いんげんの胡麻和え | 22 |
| アスパラ豚肉巻き天ぷら | 18 | う | |
| 厚切り | 32 | うずら串フライ | 18 |
| アップルマンゴーソース | 32 | (温)うどん | 25 |
| 穴子の天ぷら | 18 | (冷やし)うどん | 24 |
| 穴子巻き | 30 | うな重 | 27 |
| 脂ののった | 32 | うな丼 | 27 |
| 炙り | 32 | 卵の花 | 20 |
| あぶり焼きチキン | 19 | 旨さ広がる | 32 |
| アボカドサラダ | 23 | 旨味 | 32 |
| アボカド巻き | 30 | 梅しそ | 32 |
| 甘辛ごぼう | 18 | 梅しそおこわ | 28 |
| 甘辛こんにゃくごぼう | 20 | 梅じゃこおこわ | 28 |
| アメリカンドッグ | 19 | 梅巻き | 30 |
| 荒潮育ち | 32 | え | |
| アラビータ | 25 | 枝豆 | 23 |
| あら焼 | 32 | 海老アボカドたまごサラダ | 23 |
| あんかけ | 32 | エビカツ | 17 |
| (温)あんかけうどん | 25 | 海老カツ恵方巻き | 30 |
| あんかけ焼きそば | 25 | 海老黒酢あんかけ | 18 |
| い | | 海老真薯 | 21 |
| いか唐揚げ | 18 | 海老タルタルサラダ | 23 |
| いか里芋煮 | 20 | 海老チリ | 21 |
| いかと明太子の Pasta サラダ | 23 | エビチリ丼 | 27 |
| イカ納豆丼 | 30 | 海老のかき揚げ | 18 |
| イカ納豆巻き | 30 | 海老の包み揚げ | 19 |
| いかの天ぷら | 18 | 海老の天ぷら | 18 |
| イカフライ | 17 | エビフライ | 17 |
| | | 海老マヨ | 21 |
| | | エビマヨビザ | 20 |
| | | 恵方巻き | 30 |
| | | お | |
| | | オイキムチ | 23 |
| | | オイスターソース炒め | 21 |
| | | お祝い | 32 |
| | | 黄金焼き | 32 |
| | | 大海老 | 33 |
| | | 大きな | 33 |
| | | オードブル | 21 |
| | | オードブル(中華) | 21 |
| | | オードブル(洋風) | 21 |
| | | オードブル(和風) | 21 |
| | | オードブル焼鳥セット | 21 |
| | | 大葉 | 33 |
| | | オーロラソース | 33 |
| | | オクラと山芋のお浸し | 22 |
| | | おくらと山芋のネバネバサラダ | 23 |
| | | オクラのお浸し | 22 |
| | | オクラの胡麻和え | 22 |
| | | お好み焼き | 20 |
| | | お好み焼き(海鮮) | 20 |
| | | お好み焼き(豚玉) | 20 |
| | | お好み焼き(ミックス) | 20 |
| | | おこわ | 28 |
| | | おさつスティック | 19 |
| | | おせち | 23 |
| | | おつまみ | 33 |
| | | おつまみキャベツ | 23 |
| | | おつまみ胡瓜 | 23 |
| | | お手軽 | 33 |
| | | お手頃 | 33 |
| | | おでん | 21 |
| | | おにぎり(味玉) | 28 |
| | | おにぎり(梅) | 28 |
| | | おにぎり(梅しそ) | 28 |
| | | おにぎり(梅高菜) | 28 |
| | | おにぎり(エビマヨ) | 28 |
| | | おにぎり(おかか) | 28 |
| | | おにぎり(牛カルビ) | 28 |
| | | おにぎり(五目) | 28 |
| | | おにぎり(昆布) | 28 |

| | | | | | |
|-------------------------|----|-------------------|----|-------------------|-------|
| おにぎり(鮭) ————— | 28 | 角煮 ————— | 20 | キムチ納豆巻き ————— | 30 |
| おにぎり(塩) ————— | 27 | (温)かけそば ————— | 24 | キャベツのうま塩サラダ ————— | 23 |
| おにぎり(しその実) ————— | 28 | かしわ天ぷら ————— | 18 | キャロットラペ ————— | 23 |
| おにぎり(しらす) ————— | 28 | かしわめし ————— | 27 | 牛しぐれ煮弁当 ————— | 26 |
| おにぎり(すじこ) ————— | 28 | かた焼きそば ————— | 25 | 牛丼 ————— | 27 |
| おにぎり(たらこ) ————— | 28 | カツカレー ————— | 27 | 牛肉コロッケ ————— | 17 |
| おにぎり(ツナマヨ) ————— | 28 | かつ丼(ロス/ヒレ) ————— | 27 | 牛プルコギ巻き ————— | 30 |
| おにぎり(鶏ごぼう) ————— | 28 | カツ煮(卵とじ) ————— | 17 | 牛めし重 ————— | 27 |
| おにぎり(とろろ昆布/おぼろ昆布) ————— | 28 | かつば巻き ————— | 30 | きゅうりの一夜漬け ————— | 23 |
| おにぎり(野沢菜) ————— | 28 | カニカマ酢の物 ————— | 22 | 餃子弁当 ————— | 26 |
| おにぎり(豚キムチ) ————— | 28 | カニクリームコロッケ ————— | 17 | 魚介だし香る ————— | 33 |
| おにぎり(ベーコンエッグ) ————— | 28 | カニ風味サラダ ————— | 23 | 煌めく ————— | 33 |
| おにぎり(へしこ) ————— | 28 | ガパオライス ————— | 27 | 切干大根の煮物 ————— | 20 |
| おにぎり(明太子/辛子明太子) ————— | 28 | カプレーゼ ————— | 23 | 近海 ————— | 33 |
| おにぎり(わかめ) ————— | 28 | 南瓜コロッケ ————— | 17 | 金時豆 ————— | 21 |
| おはぎ(あんこ) ————— | 28 | かぼちゃサラダ ————— | 23 | きんぴらごぼう ————— | 20・21 |
| おはぎ(きなこ) ————— | 28 | かぼちゃ煮 ————— | 20 | | |
| おはぎ(くるみ) ————— | 28 | かぼちゃのそぼろ餡 ————— | 20 | く | |
| おはぎ(黒蜜きなこ) ————— | 28 | 南瓜のデザートサラダ ————— | 23 | 串カツ ————— | 17 |
| おはぎ(ごま) ————— | 28 | かぼちゃの天ぷら ————— | 18 | グラタン ————— | 20 |
| おはぎ(ずんだ) ————— | 28 | かま焼 ————— | 33 | グラタンコロッケ ————— | 17 |
| オマールソース ————— | 33 | 唐揚げ ————— | 18 | クラムチャウダー ————— | 21 |
| オムライス ————— | 27 | 唐揚げサラダ ————— | 23 | クリーミー ————— | 33 |
| 親子丼 ————— | 27 | 唐揚げ弁当 ————— | 26 | クリームコロッケ ————— | 17 |
| (冷やし)おろしうどん ————— | 24 | カルボナーラ ————— | 25 | 栗おこわ ————— | 28 |
| (冷やし)おろしそば ————— | 24 | かれい煮付け ————— | 21 | 栗ごはん ————— | 27 |
| 温玉 ————— | 33 | カレー(ナン) ————— | 27 | 黒毛和牛 ————— | 33 |
| | | カレーコロッケ ————— | 17 | 黒胡椒 ————— | 33 |
| か | | カレー風味唐揚げ弁当 ————— | 26 | 黒酢和え ————— | 33 |
| ガーリックシュリンプ ————— | 21 | カレーライス ————— | 27 | 黒酢香る ————— | 33 |
| ガーリックライス ————— | 27 | 岩塩 ————— | 33 | 黒豆 ————— | 21 |
| 貝(小柱など)の天ぷら ————— | 18 | 監修 ————— | 33 | | |
| 海鮮 ————— | 33 | 完熟 ————— | 33 | け | |
| 海鮮恵方巻き ————— | 30 | かんぴょう巻き ————— | 30 | 限定 ————— | 33 |
| 海鮮かき揚げ ————— | 18 | | | | |
| 海鮮ちらし寿司 ————— | 30 | き | | こ | |
| 海鮮丼 ————— | 30 | キスの天ぷら ————— | 18 | 紅白なます ————— | 22 |
| 海鮮バラちらし寿司 ————— | 30 | 季節の ————— | 33 | 香ばし ————— | 33 |
| 海鮮太巻き ————— | 30 | ぎっしり ————— | 33 | 高野豆腐 ————— | 20 |
| 香り揚げ ————— | 33 | (温)きつねうどん ————— | 25 | 小エビ ————— | 33 |
| (温)かき揚げそば ————— | 24 | (冷やし)きつねうどん ————— | 24 | コーンコロッケ ————— | 17 |
| かき揚げ丼 ————— | 27 | (温)きつねそば ————— | 24 | コーンサラダ ————— | 23 |
| カキフライ ————— | 18 | (冷やし)きつねそば ————— | 24 | コク ————— | 33 |
| カキめし ————— | 27 | キムチ ————— | 23 | 国産 ————— | 33 |

| | | | | | |
|-----------|----|----------------|----|---------------|----|
| コブサラダ | 23 | さば塩焼き | 19 | 生姜おこわ | 28 |
| 五平餅 | 28 | さば寿司 | 31 | 生姜焼き弁当 | 26 |
| ごぼうの根菜サラダ | 23 | さば竜田揚げ | 18 | 醤油香る | 33 |
| こぼれ | 33 | さば照焼 | 19 | (温)醤油ラーメン | 25 |
| 胡麻団子 | 19 | さば煮付 | 21 | (冷やし)醤油ラーメン | 24 |
| 五目ちらし寿司 | 30 | さばフライ | 18 | 地養卵 | 33 |
| 五目ひじき煮 | 20 | さば味噌煮 | 21 | 小籠包 | 21 |
| ゴロゴロ | 33 | サラダセット | 23 | しらす軍艦巻き | 30 |
| コロコロ揚げ | 33 | サラダ鉄火丼 | 30 | 白身魚フライ弁当 | 26 |
| コロッケ | 17 | サラダビビンバ | 23 | 白身フライ | 17 |
| ごろっと | 33 | サラダ巻き | 30 | 白飯 | 27 |
| こんがり | 33 | サラダ盛り合わせ | 23 | 新生姜 | 23 |
| 根菜きんぴら | 21 | (冷やし)ざるうどん | 24 | | |
| 昆布巻き煮 | 20 | (冷やし)ざるそば | 24 | す | |
| 昆布豆 | 21 | 三昧 | 33 | すき焼き | 21 |
| | | さんま塩焼き | 19 | 助六寿司 | 31 |
| さ | | さんま竜田揚げ | 18 | スタミナ | 33 |
| ザーサイ油炒め | 21 | サンマフライ | 18 | スティック | 33 |
| サーモンアボカド丼 | 30 | | | ステーキ弁当 | 26 |
| サーモン軍艦巻き | 30 | し | | 砂肝(たれ/塩/ネギ塩) | 19 |
| サーモンサラダ巻き | 30 | シーザーサラダ | 23 | スパニッシュ風 | 33 |
| サーモン巻き | 30 | シーフードピザ | 20 | 酢豚 | 21 |
| サーモンマヨ巻き | 30 | ジェノベーゼ | 25 | スペアリブ | 33 |
| 魚の野菜あんかけ | 18 | ジェノベーゼ風 | 33 | 炭で炙った | 33 |
| さくさく | 33 | (温)塩ラーメン | 24 | スモーク | 33 |
| サクラエビ | 33 | (冷やし)塩ラーメン | 24 | スモークサーモンサラダ | 23 |
| 桜海老おこわ | 28 | 直火 | 33 | ずわいがに軍艦巻き | 30 |
| 鮭粕焼き | 19 | ししゃもフライ | 18 | | |
| 鮭麩焼き | 19 | 七福恵方巻き(7種類の具材) | 30 | せ | |
| 鮭西京焼き | 19 | ジャージャー麺 | 24 | 贅沢 | 33 |
| 鮭塩焼き | 19 | ジャージャー麺 | 25 | 贅沢ちらし寿司 | 30 |
| 鮭といくらの親子丼 | 30 | ジャーマンポテト | 21 | 赤飯 | 28 |
| 鮭野沢菜おこわ | 28 | シャキシャキ | 33 | 赤飯弁当 | 26 |
| 鮭弁当 | 26 | 舍利 | 31 | ぜんまい煮 | 20 |
| 鮭ほぐし重 | 27 | 上海焼きそば | 25 | | |
| ささがき | 33 | ジャンバラヤ | 27 | そ | |
| 笹寿司 | 31 | ジューシー | 33 | (冷やし)そうめん | 24 |
| ササミカツ | 17 | 焼売 | 21 | ソース | 33 |
| ササミチーズカツ | 17 | 焼売弁当 | 26 | ソースカツ(ヒレ/ロース) | 17 |
| 雑穀サラダ | 23 | 焼売弁当 | 26 | ソースかつ丼 | 27 |
| 雑穀米弁当 | 26 | 十六雑穀米ごはん | 27 | ソーセージ焼き | 20 |
| さつまいもコロッケ | 17 | 旬 | 33 | (冷やし)そば | 24 |
| さつまいもの天ぷら | 18 | 春菊のかき揚げ | 18 | そばいなり寿司 | 31 |
| 里芋煮 | 20 | 上 | 33 | 空豆 | 23 |
| | | 生姜 | 33 | | |

| | | | | | |
|--------------|----|-------------|----|---------------|-------|
| そら豆とむき海老の天ぷら | 18 | チキン南蛮 | 19 | 天津飯 | 27 |
| | | チキン南蛮弁当 | 26 | 天とじ丼 | 27 |
| た | | チキンの甘辛ソースがけ | 18 | 天井 | 27 |
| 大学芋 | 20 | チキンフィレスティック | 18 | 店内加工 | 34 |
| 大根おろし | 33 | チキンロール | 19 | 店内調理 | 34 |
| 鯛茶漬け | 27 | 筑前煮 | 20 | 天然 | 34 |
| タイ風春雨炒め | 21 | ちくわ天ぷら | 18 | (温)天ぷらうどん | 25 |
| 大福 | 28 | チゲ鍋 | 21 | (冷やし)天ぷらうどん | 24 |
| (温)台湾ラーメン | 25 | チャーシュー(焼き豚) | 19 | (温)天ぷらそば | 24 |
| 高菜おこわ | 28 | チャーシューメンマ | 22 | (冷やし)天ぷらそば | 24 |
| 炊き込みご飯 | 27 | 炒飯 | 27 | 天ぷら盛り合わせ | 18 |
| 筍おこわ | 28 | 炒飯&春巻き | 27 | 天むす | 28 |
| 筍土佐煮 | 20 | 炒飯&焼き餃子 | 27 | | |
| たこ唐揚げ | 18 | 茶飯 | 27 | と | |
| たこときゅうりの酢の物 | 22 | 茶碗蒸し | 21 | 豆乳鍋 | 21 |
| たこわかめの酢の物 | 22 | 茶碗蒸し(海老入り) | 21 | 豆腐サラダ | 23 |
| たこのカルパッチョ | 22 | 茶碗蒸し(五目) | 21 | 豆腐ハンバーグ | 19 |
| たこ飯 | 27 | 中華3点盛 | 21 | 年越し用 | 34 |
| たこ焼き | 20 | 中華丼 | 27 | トマトサラダ | 23 |
| たこ焼き・焼きそばセット | 20 | 中華春雨サラダ | 23 | トマトソース | 34 |
| だし香る | 33 | 中華弁当 | 26 | ドリア | 20・27 |
| だし巻玉子 | 20 | 中巻き | 30 | 鶏皮揚げ | 18 |
| たっぷり | 33 | ちらし寿司 | 30 | 鶏つくね丼 | 27 |
| (温)たぬきうどん | 25 | 青椒肉絲 | 21 | 鶏天丼 | 27 |
| (冷やし)たぬきうどん | 24 | | | とり天野菜あんかけ弁当 | 26 |
| (温)たぬきそば | 24 | つ | | 鶏とカシューナッツ炒め | 21 |
| (冷やし)たぬきそば | 24 | づくし | 34 | 鶏ハラミ(ネギ塩焼き) | 19 |
| 玉子巻き | 30 | つくねロール | 19 | 鶏めし | 27 |
| 玉子マヨ巻き | 30 | ツナサラダ軍艦巻き | 30 | とろーり | 34 |
| 玉子焼き(甘い/だし味) | 20 | ツナサラダ巻き | 30 | とろける | 34 |
| 玉子焼き弁当 | 26 | ツナマカロニサラダ | 23 | とろとろ | 34 |
| たまり醤油 | 33 | ツナマヨ巻き | 30 | (冷やし)とろろそば | 24 |
| たらの芽天ぷら | 18 | | | (温)とんこつラーメン | 25 |
| タルタルソース | 34 | て | | 豚丼 | 27 |
| たれ | 34 | 鉄火巻き | 30 | | |
| (温)担々麺 | 25 | 手造り | 34 | な | |
| (冷やし)担々麺 | 24 | 手羽先唐揚げ | 18 | ナゲット | 18 |
| タンドリーチキン | 19 | 手まり寿司 | 30 | 茄子の揚げ浸し | 22 |
| (温)タンメン | 25 | デミソース | 34 | なすの旨煮 | 20 |
| | | 照焼チキン | 19 | なすの天ぷら | 18 |
| ち | | 照焼チキンピザ | 20 | なすの挟み天ぷら(ひき肉) | 18 |
| チーズたっぷり | 34 | 照焼きチキン弁当 | 26 | 納豆巻き | 30 |
| チーズ巻き | 19 | 天かす(揚げ玉) | 34 | 菜の花かき揚げ | 18 |
| チキンステーキ | 19 | 点心セット | 21 | 菜の花のからしあえ | 22 |

| | | | | | |
|-------------------|----|---------------|----|----------------|----|
| ナポリタン | 25 | 握り寿司(ローストビーフ) | 30 | バンバンジー | 22 |
| 生 | 34 | 肉餃子 | 20 | バンバンジーサラダ | 23 |
| (冷やし)生醬油うどん | 24 | 肉じゃが | 20 | はんぺん揚げ | 19 |
| 生野菜サラダ | 22 | 肉汁 | 34 | はんぺん焼き | 19 |
| ナムル盛り合わせ | 22 | 肉団子 | 19 | | |
| | | 肉団子の春雨スープ | 21 | ひ | |
| に | | 肉まん | 21 | ビーフシチューコロケ | 17 |
| 握り寿司(赤貝) | 29 | にしん塩焼き | 19 | ピーマン肉詰めフライ | 18 |
| 握り寿司(あじ) | 29 | | | ひじきの煮物 | 20 |
| 握り寿司(穴子) | 29 | ぬ | | 一口 | 34 |
| 握り寿司(甘エビ) | 29 | ぬか漬け盛り合わせ | 23 | ピビンバ丼 | 27 |
| 握り寿司(うなぎ) | 29 | | | 冷やし中華 | 24 |
| 握り寿司(うに) | 29 | ね | | 氷温熟成 | 34 |
| 握り寿司(海老) | 29 | ネギ塩 | 34 | ピラフ | 27 |
| 握り寿司(海老とアボカドマヨ) | 29 | ネギトロ | 30 | ピリ辛 | 34 |
| 握り寿司(えんがわ) | 29 | ネギトロ温玉納豆丼 | 30 | ヒレカツ | 17 |
| 握り寿司(大トロ) | 29 | ネギトロとアボカドロール | 30 | 広島風お好み焼き | 20 |
| 握り寿司(数の子) | 29 | ネバネバ丼 | 30 | | |
| 握り寿司(カニ) | 29 | | | ふ | |
| 握り寿司(かんばち) | 29 | の | | ふき煮 | 20 |
| 握り寿司(銀鮭) | 30 | 濃厚 | 34 | 豚キムチ | 21 |
| 握り寿司(昆布メ平目) | 29 | 海苔塩 | 34 | 豚肉と木耳の炒め物 | 21 |
| 握り寿司(サーモン) | 29 | 海苔弁当 | 26 | (冷やし)ぶっかけうどん | 24 |
| 握り寿司(サーモンとアボカドマヨ) | 29 | | | (冷やし)ぶっかけそうめん | 24 |
| 握り寿司(さより) | 29 | は | | ふっくら | 34 |
| 握り寿司(さんま) | 29 | ハーブ | 34 | 太巻き | 30 |
| 握り寿司(白えび) | 29 | 梅肉 | 34 | フライドチキン | 18 |
| 握り寿司(鯛) | 29 | パエリア | 27 | フライドチキン(カレー味) | 18 |
| 握り寿司(たこ) | 29 | 挟み天あんかけ | 18 | フライドチキン(骨なし) | 18 |
| 握り寿司(玉子) | 29 | バジルサラダ | 23 | フライドチキンセット | 21 |
| 握り寿司(中トロ) | 29 | パスタサラダ | 23 | フライドポテト | 19 |
| 握り寿司(つぶ貝) | 29 | パッテラ | 31 | フランクフルト | 20 |
| 握り寿司(天然車海老) | 29 | 八宝菜 | 21 | ぶり照焼 | 19 |
| 握り寿司(生サーモン) | 29 | ハニーマスタードソース | 34 | ぶりぶり | 34 |
| 握り寿司(のどぐろ) | 29 | ハムカツ | 17 | プレート | 34 |
| 握り寿司(ハチメ) | 29 | ハムのマカロニサラダ | 23 | フレーバー | 34 |
| 握り寿司(平目) | 29 | バラバラ | 34 | ふわとろ | 34 |
| 握り寿司(ぶり) | 30 | 腹身 | 34 | ふわふわ | 34 |
| 握り寿司(ほたて) | 30 | ハリケーンポテト | 19 | | |
| 握り寿司(本マグロ) | 30 | パリッと | 34 | へ | |
| 握り寿司(まぐろ) | 30 | 春雨と木耳の酢の物 | 22 | ベーコン&ポテトピザ | 20 |
| 握り寿司(蒸しえび) | 30 | 春巻き | 19 | ベーコンサラダ | 23 |
| 握り寿司(盛り合わせ) | 30 | ハンバーグ | 19 | ベーコンとポテトのチーズ焼き | 19 |
| 握り寿司(ヤリイカ) | 30 | ハンバーグ弁当 | 26 | 紅鮭弁当 | 26 |

| | | | | | |
|--------------|----|----------------|----|----------------------|----|
| 紅生姜かき揚げ | 18 | み | | 焼肉丼 | 27 |
| ペペロンチーノ | 25 | ミートソース | 25 | 焼き野菜のサラダ | 23 |
| 弁当 | 26 | ミートドリア | 27 | 野菜が摂れる | 34 |
| ペンネアラビアータ | 25 | 味噌香る | 34 | 野菜餃子 | 20 |
| ほ | | (温)味噌ラーメン | 25 | 野菜コロッケ | 17 |
| 回鍋肉丼 | 27 | (冷やし)味噌ラーメン | 24 | 野菜サラダ | 22 |
| 棒 | 34 | みぞれ | 34 | 野菜天ぷら | 18 |
| 棒寿司 | 31 | ミックスフライ弁当 | 26 | 野菜の酢味噌和え | 22 |
| ほうれん草とベーコン炒め | 21 | む | | 野菜のチーズ焼き | 19 |
| ほうれん草のお浸し | 22 | 昔ながら | 34 | 野菜の煮物 | 20 |
| ほうれん草のからしあえ | 22 | 蒸し鶏サラダ | 23 | 山芋ステーキ | 19 |
| ほうれん草の胡麻和え | 22 | 蒸し鶏中華くらげ | 22 | 山芋鉄板焼き | 19 |
| ほうれん草の白和え | 22 | 結び昆布 | 20 | ヤムウンセン風サラダ(タイ風春雨サラダ) | 23 |
| ほくほく | 34 | め | | やわらか | 34 |
| 細巻き | 30 | 名物 | 34 | ヤンニョムチキン | 19 |
| ほたておこわ | 28 | 明太子マヨネーズサラダ | 23 | ゆ | |
| ほたて照焼 | 19 | 明太ソース | 34 | 油淋鶏弁当 | 26 |
| ほたてフライ | 18 | 明太マヨネーズ | 34 | 雪下 | 34 |
| ホッキ貝サラダ巻き | 31 | メンチカツ | 17 | よ | |
| ホッケフライ | 18 | メンチカツ弁当 | 26 | ヨーグルトサラダ | 23 |
| ポテトサラダ | 23 | も | | 欲張り | 34 |
| ポテトのオープン焼き | 19 | もち麦ご飯 | 27 | ら | |
| ポテト焼き | 19 | もちもち/もっちり | 34 | ラーメンサラダ | 23 |
| 骨付き | 34 | もつ煮 | 20 | り | |
| 骨なし | 34 | や | | リンゴ酢 | 34 |
| 骨なしスペアリブ | 20 | 焼き芋 | 20 | る | |
| ホルモン焼き | 19 | 焼きカレー | 27 | ルーローハン | 27 |
| ボロニアソーセージ焼き | 20 | 焼きうどん | 25 | れ | |
| ボロネーゼ | 25 | 焼き餃子 | 20 | 冷製ペンネアラビアータサラダ | 23 |
| 本格 | 34 | 焼きそば | 25 | 冷麺 | 24 |
| ま | | 焼き鳥 つくね(たれ/塩) | 19 | レバーかつ | 17 |
| 麻婆豆腐丼 | 27 | 焼き鳥 鶏皮(たれ/塩) | 19 | レバニラ炒め | 21 |
| 舞茸天ぷら | 18 | 焼き鳥 軟骨(たれ/塩) | 19 | れんこんの天ぷら | 18 |
| 幕の内弁当 | 26 | 焼き鳥 ねぎ間(たれ/塩) | 19 | ろ | |
| まぐろかま照焼 | 19 | 焼き鳥 ぼんじり(たれ/塩) | 19 | ローズカツ | 17 |
| まぐろたたき軍艦巻き | 30 | 焼き鳥 もも(たれ/塩) | 19 | ロースト | 34 |
| まぐろたたき巻き | 31 | 焼き鳥 盛り合わせ | 19 | ローストチキン | 20 |
| 松前漬 | 23 | 焼き鳥 レバー(たれ/塩) | 19 | | |
| 豆サラダ | 23 | 焼き鳥丼 | 27 | | |
| 丸揚げ | 34 | 焼鳥弁当 | 26 | | |
| マルゲリータ | 20 | | | | |
| まるごと | 34 | | | | |

| | |
|--------------|----|
| ローストビーフ | 20 |
| ローストビーフ巻き | 31 |
| ローストポーク | 20 |
| ロースとんかつ弁当 | 26 |
| ロールキャベツのトマト煮 | 20 |
| ロールキャベツ弁当 | 26 |
| ロコモコ風サラダ | 23 |

わ

| | |
|--------------|----|
| 若鶏竜田揚げ | 18 |
| 若鳥と根菜の黒酢あん弁当 | 26 |
| わさび | 34 |
| 和惣菜盛り合わせ | 21 |
| わっぱ飯 | 27 |
| 和風 | 34 |
| 和風サラダ | 23 |
| 和風パスタ | 25 |
| わらび餅 | 28 |

その他

| | |
|------------------------|----|
| (うどん/そば/そうめん)&海鮮丼セット | 31 |
| (うどん/そば/そうめん)&寿司セット | 31 |
| (うどん/そば/そうめん)&ちらし寿司セット | 31 |
| (うどん/そば/そうめん)&鉄火丼セット | 31 |
| (うどん/そば/そうめん)&太巻き寿司セット | 31 |
| (うどん/そば/そうめん)セット(うな丼) | 27 |
| (うどん/そば/そうめん)セット(かつ丼) | 27 |
| (うどん/そば/そうめん)セット(牛丼) | 27 |
| (うどん/そば/そうめん)セット(天丼) | 27 |
| (うどん/そば/そうめん)セット(焼き鳥丼) | 27 |
| 〇〇入り | 32 |
| 〇〇香る | 32 |
| 〇〇貫 | 32 |
| 〇〇サラダ | 32 |
| 〇〇産 | 32 |
| 〇〇仕立て | 32 |
| 〇〇種 | 32 |
| 〇〇種具材の | 32 |
| 〇〇種盛り | 32 |
| 〇〇添え | 32 |
| 〇〇ソース | 32 |
| 〇〇の中巻き寿司 | 32 |
| 〇〇の太巻き寿司 | 32 |
| 〇〇の細巻き寿司 | 32 |
| 〇〇品目の | 32 |
| 〇〇水揚げ | 32 |

アレルギーや宗教上の戒律にかかわる おもな食材のイラスト集

農林水産省「飲食事業者のためのインバウンド対応ガイドブック(平成30年版)」には、外国人のお客さまのために、アレルギーや宗教上の戒律にかかわるおもな食材のイラストが掲載されています。
メニュー名の英語表記とともに、使用品目の表示やコミュニケーションツールとして、参考にご活用下さい。

アレルギーの有無を聞く

食べられないものは
ありますか？

Is there anything you cannot eat?
有不能吃的東西嗎？／有不能吃的东西吗？

드시지 못하는 것이 있습니까?
มีอะไรที่คุณทานไม่ได้ไหม (ครับ / ค่ะ) ?

肉類 / meat



牛肉
beef



豚肉
pork

家禽類 / poultry

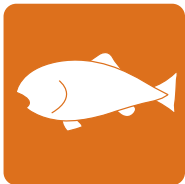


鶏肉
chicken



鴨肉
duck

魚介類 / sea food



魚
fish



鮭
salmon



鯖
mackerel

魚アレルギーの原因は、魚の筋肉に含まれる「パルプアルブミン」というタンパク質ですが、これはほとんどの種類に含まれています。さらに、魚のコラーゲンもアレルギーの原因となります。ですから、鯖や鮭が食べられない人は、他の魚でもアレルギー症状を起こすことが考えられます。注意しましょう。また、海老や蟹は症例数が多い素材です。



貝
shellfish



イカ
squid



海老
shrimp



蟹
crab



イクラ
salmon roe



鮑
abalone

ナッツ類 / nuts



カシューナッツ
cashew nut



胡桃
walnut

蕎麦 / buckwheat



蕎麦
buckwheat



落花生
peanut

蕎麦や落花生はアレルギー症状が重篤であり、生命に関わるため、とくに注意が必要です。ナッツ類そのものだけでなく、ピーナッツバターやチョコレート、アイスクリームなどナッツ類が混ざっている食品、蕎麦粉を使った食品にも気をつけましょう。蕎麦は胡椒などの調味料に含まれる場合もあります。

野菜類 / vegetable



山芋
yam



松茸
matsutake



根菜類
root vegetables



キノコ類
mushrooms

果物 / fruit

果物アレルギーは、最近増加傾向にあります。



オレンジ
orange



キウイ
kiwi fruit



林檎
apple



バナナ
banana



桃
peach

! 注意

特定の食品を摂取したときに、皮膚や消化器、呼吸器などに異常が起こるのが食物アレルギーです。おもな症状としては、かゆみやじんましん、腹痛、吐き気、下痢、咳やぜん鳴（ゼーゼー）、呼吸困難、くしゃみ、目のかゆみなどが挙げられます。とくに、アナフィラキシーと呼ばれる急性重度なアレルギー反応が出た場合は、生死にかかわることもあります。

※アレルギー反応時には救急対応が必要です。119番緊急搬送、病院紹介を速やかに!

その他 / other



卵
egg



乳製品
dairy product



小麦
wheat



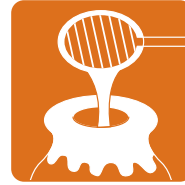
大豆
soybean



胡麻
sesame seed



ゼラチン
gelatin



蜂蜜
honey

大豆は、味噌、醤油、納豆、豆腐はもちろん、きな粉や黒豆、枝豆なども含まれますので気をつけましょう。

Religion

**宗教上で
食べられないモノ**

イスラム教徒は、豚や動物性の食材全般、アルコールが禁忌。インドやネパールに多いヒンドゥー教徒は、牛、豚、魚、卵、生もの、ニンニク、ニラ、ラッキョウ、玉ネギ、アサツキなどを避ける傾向にあります。ユダヤ教徒は、豚、甲殻類、貝類、タコ、イカ、鰻、穴子、ナマズなど、コーシャ（食べ物に関する規定）の認定を受けていない食材は食べないのが一般的です。



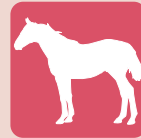
牛肉
beef



豚肉
pork



羊肉
mutton



馬肉
horse meat



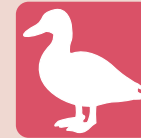
猪肉
wild boar
meat



鹿肉
venison



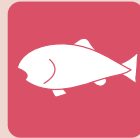
鶏肉
chicken



鴨肉
duck



酒類
alcohol



魚
fish



海老
shrimp



蟹
crab



貝
shellfish



タコ
octopus



イカ
squid



鰻、穴子、
ナマズ
eel,
conger eel,
catfish



卵
egg



生もの
raw food

五葷[※] / five pungent roots



ニンニク、ニラ、ネギ（アサツキ）、玉ネギ、ラッキョウ
garlic, chive, green onion, onion, leek

※五葷(ごくん)とは?

ネギ科ネギ属などの野菜で、何を「五葷」と定めるかは時代や地域によって違いがある。一部の仏教徒や、一部のベジタリアンが避ける食材。

一般社団法人 日本惣菜協会

〒102-0093 東京都千代田区平河町1-3-13 平河町フロントビル2F

Tel:03-6272-8515 Fax:03-6272-8518

URL <http://www.nsouzai-kyoukai.or.jp> E-Mail souzai-info@nsouzai-kyoukai.or.jp