

北の炙りあかり屋 Menu

※ エネルギー(kcal)は原材料メーカーなど仕入れ先から得た分析値又は、八訂日本食品標準成分表に基づき算出した値を表示しており、絶対的なものではありません。

※ 付け合わせやスープの具材、漬け物など季節により変動しますので、あくまでお食事の際の参考値としてお考えください。

※ 店舗によってメニューが異なる場合があります。 ※ 一部商品は掲載していない場合があります。

定食		エネルギー (kcal)	更新日
あかり屋定食A	・本日の北海あぶり（ハーフ）鬼おろし添え・若鶏のざんぎ2種・自家製ルイベ漬け・玉子焼き・甘酢生姜・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・選べるデザート ※本日の北海あぶりトロさばで計算しております。 ※選べるデザート→かぼちゃプリンで計算しております。	1,180 kcal	2025/5/27
あかり屋定食B	・北海フライ盛り（サーモン・コーンコロケ）・刺身3種盛り（海老・帆立・サーモン）・自家製ルイベ漬け・玉子焼き・甘酢生姜・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・選べるデザート ※選べるデザート→かぼちゃプリンで計算しております。	1,382 kcal	2025/5/27
北海炙り3種盛り定食	・北海炙り（とろさば・とろニシン・氷下魚）・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	1,033 kcal	2025/5/27
肉厚しまホッケ定食	・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	818 kcal	2025/5/27
とろさば一夜干し定食	・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	981 kcal	2025/5/27
とろニシン一夜干し定食	・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	983 kcal	2025/5/27
厚切り銀鮭イクラおろし定食	・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	809 kcal	2025/5/27
メバルの粕漬け焼き定食	・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	743 kcal	2025/5/27
銀だらの粕漬け焼き定食	・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	727 kcal	2025/5/27
サーモンハラスの炭火焼き定食	・自家製ルイベ漬け・季節の小鉢・炊き立て釜ご飯・漬物・帆立の味噌汁・茶漬けセット付き	748kcal	2025/6/30
北海フライ3種盛り定食	・サラダ・炊き立てご飯・漬物・帆立の味噌汁	1,407 kcal	2025/5/27
若鶏のざんぎ2種盛り定食	・サラダ・炊き立てご飯・漬物・帆立の味噌汁	1,092 kcal	2025/5/27
本日の煮魚定食	・炊き立てご飯・漬物・帆立の味噌汁 ※カサゴ・カレイで計算しております。	694 kcal	2025/5/27
あかり屋 海鮮丼	・帆立の味噌汁・漬物	702 kcal	2025/5/27
焼き銀鮭とルイベ漬け丼	・帆立の味噌汁・漬物	750 kcal	2025/5/27
炭火焼き帯広豚丼（大）	・帆立の味噌汁・漬物	1,182 kcal	2025/5/27
炭火焼き帯広豚丼（並）	・帆立の味噌汁・漬物	891 kcal	2025/5/27
鉄板ジンギスカン定食	・炊き立てご飯・漬物・帆立の味噌汁	858 kcal	2025/5/27
鉄板ちゃんちゃん焼き定食	・炊き立てご飯・漬物・帆立の味噌汁	811 kcal	2025/5/27
デザート		エネルギー (kcal)	更新日
北海道産ミルクとあずきのなめらかプリン		104 kcal	2025/5/27
濃厚かぼちゃプリン		101 kcal	2025/5/27

一品料理	エネルギー (kcal)	更新日
とろさば一夜干し（一尾）	473 kcal	2025/5/27
とろさば一夜干し（ハーフ）	235 kcal	2025/5/27
とろニシン一夜干し（一尾）	472 kcal	2025/5/27
とろニシン一夜干し（ハーフ）	236 kcal	2025/5/27
縞ホッケ（一尾）	307 kcal	2025/5/27
縞ホッケ（ハーフ）	153 kcal	2025/5/27
氷下魚一夜干しの炙り	124 kcal	2025/5/27
海老塩焼き	78 kcal	2025/5/27
アスパラ焼き	85 kcal	2025/5/27
カニ味噌甲羅焼き	124 kcal	2025/5/27
イカホイル焼き	216 kcal	2025/5/27
帆立バター醤油焼き	166 kcal	2025/5/27
鮑バター焼き	149 kcal	2025/5/27
サーモンハラスの炭火焼き	237 kcal	2025/6/30
厚切り鮭いくらおろし	296 kcal	2025/5/27
メバルの粕漬け焼き	236 kcal	2025/5/27
銀だらの粕漬け焼き	216 kcal	2025/5/27
本日の煮魚 ※カサゴ・カレイで計算しております	349 kcal	2025/5/27
刺身3種盛り ※海老・帆立・サーモンで計算しております	98 kcal	2025/5/27
帆立貝柱刺身	52 kcal	2025/5/27
サーモン刺身	152 kcal	2025/5/27
海老刺身	93 kcal	2025/5/27
miniウニ蟹いくら丼	223 kcal	2025/5/27
mini帯広豚丼	377 kcal	2025/5/27
miniルイベ漬け丼	370 kcal	2025/5/27
鉄板ジンギスカン	410 kcal	2025/5/27
鉄板ちゃんちゃん焼き	363 kcal	2025/5/27
ベビー帆立酒蒸し	259 kcal	2025/5/27
塩辛じゃがバター	364 kcal	2025/5/27
サーモンフライ	385 kcal	2025/5/27
帆立フライ	206 kcal	2025/5/27
コーンたっぷりコロッケ	219 kcal	2025/5/27
ざぐざぐポテトフライ	327 kcal	2025/5/27
若鶏のざんぎ（醤油）	116 kcal	2025/5/27
若鶏のざんぎ（塩）	116 kcal	2025/5/27
あん肝ポン酢	127 kcal	2025/5/27
サーモンカルパッチョサラダ	303 kcal	2025/5/27
芋餅揚げ出し	110 kcal	2025/5/27
イカの塩辛	48 kcal	2025/5/27
いくらおろし	38 kcal	2025/5/27
自家製ルイベ漬け	67 kcal	2025/5/27
帆立の味噌汁	67 kcal	2025/5/27
炊きたて釜ご飯	376 kcal	2025/5/27