

上海常 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、七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。

スペシャルセット		エネルギー (kcal)	更新日
四川セット	土鍋麻婆豆腐/海老マヨ/季節野菜のセイロ蒸し /ライスorお粥/スープ/九龍球	1301 kcal	2026/9/29
上海セット	海老とイカのチリソース/麻婆豆腐/季節野菜の セイロ蒸し/ライスorお粥/スープ/九龍球	1376 kcal	2026/9/29
北京セット	石焼油淋鶏/麻婆豆腐/季節野菜の セイロ蒸し/ライスorお粥/スープ/九龍球	1414 kcal	2026/9/29
広東セット	広東酢豚/麻婆豆腐/季節野菜の セイロ蒸し/ライスorお粥/スープ/九龍球	1486 kcal	2026/9/29
青島セット	チンジャオロース-/麻婆豆腐/季節野菜の セイロ蒸し/ライスorお粥/スープ/九龍球	1040 kcal	2026/9/29

おすすめセット		エネルギー (kcal)	更新日
上海常麻婆豆腐セット	上海常麻婆豆腐/焼売/ライス/スープ/サラダ/梅搾菜	966 kcal	2026/9/29
辛辣麻婆豆腐セット	辛辣麻婆豆腐/焼売/ライス/スープ/サラダ/梅搾菜	1099 kcal	2026/9/29
広東酢豚セット	広東酢豚/焼売/ライス/スープ/サラダ/梅搾菜	1163 kcal	2026/9/29
八宝菜セット	八宝菜/油淋鶏/ライス/スープ/サラダ/梅搾菜	826 kcal	2026/9/29
チンジャオロース	チンジャオロース/焼売/ライス/スープ/サラダ/梅搾菜	717 kcal	2026/9/29
海老とイカのチリソースセット	海老とイカのチリソース/温泉卵/油淋鶏/ライス /スープ/サラダ/梅搾菜	1311 kcal	2026/9/29

選べる麺セット		エネルギー (kcal)	更新日
選べる麺と餃子セット (餃子/ハーフ玉子レタス炒飯/梅搾菜)	叉焼入り土鍋拉麺	1150 kcal	2026/9/26
	蒸し鶏と白葱の土鍋翡翠麺	1104 kcal	2026/9/26
	四川担々麺	1368 kcal	2026/9/26
選べる麺と海老マヨセット (海老マヨ/ハーフ玉子レタス炒飯/梅搾菜)	叉焼入り土鍋拉麺	1186 kcal	2026/9/26
	蒸し鶏と白葱の土鍋翡翠麺	1140 kcal	2026/9/26
	四川担々麺	1404 kcal	2026/9/26
選べる麺と油淋鶏セット (油淋鶏/ハーフ玉子レタス炒飯/梅搾菜)	叉焼入り土鍋拉麺	1250 kcal	2026/9/26
	蒸し鶏と白葱の土鍋翡翠麺	1204 kcal	2026/9/26
	四川担々麺	1468 kcal	2026/9/26

焼そばセット		エネルギー (kcal)	更新日
上海焼きそばセット	上海焼きそば/海老マヨサラダ/スープ/梅搾菜/九龍球	1001 kcal	2026/9/26
五目あんかけ焼きそばセット	五目あんかけ焼きそば/春巻き/サラダ/スープ/梅搾菜/九龍球	824 kcal	2026/9/26

飯セット		エネルギー (kcal)	更新日
若鶏の油淋鶏炒飯セット	若鶏の油淋鶏炒飯/焼売/スープ/サラダ/梅搾菜	1190 kcal	2026/9/26
辛辣炒飯セット	辛辣炒飯/焼売/スープ/サラダ/梅搾菜	1182 kcal	2026/9/26
海老とレタスの炒飯セット	海老レタスの炒飯/焼売/スープ/サラダ/梅搾菜	927 kcal	2026/9/26
上海常麻婆飯セット	上海常麻婆飯/焼売/スープ/サラダ/梅搾菜	966 kcal	2026/9/26
五目あんかけ土鍋ご飯セット	五目あんかけ土鍋ご飯/焼売/スープ/サラダ/梅搾菜	668 kcal	2026/9/26
土鍋あんかけ天津飯セット	土鍋あんかけ天津飯/焼売/スープ/サラダ/梅搾菜	741 kcal	2026/9/26

一品料理	エネルギー (kcal)	更新日
春巻き	359 kcal	2026/9/26
若鶏の唐揚げ	511 kcal	2026/9/26
八宝菜	167 kcal	2026/9/26
上海常麻婆豆腐	490 kcal	2026/9/26
本格 辛辣麻婆豆腐	627 kcal	2026/9/26
絶品石焼 油淋鶏	615 kcal	2026/9/26
絶品石焼 海老とイカのチリソース	652 kcal	2026/9/26
広東酢豚	687 kcal	2026/9/26
海老のマヨネーズソース	883 kcal	2026/9/26
絶品石焼 海老チリソース	674 kcal	2026/9/26
チンジャオロースー	241 kcal	2026/9/26
焼き餃子 1人前	299 kcal	2026/9/26
焼き餃子 2人前	583 kcal	2026/9/26

サラダ&スープ	エネルギー (kcal)	更新日
蒸し鶏サラダボウル	193 kcal	2026/9/26
とろ〜り温玉サラダボウル	223 kcal	2026/9/26
ライス・スープ・サラダセット	333 kcal	2026/9/26
ライス・スープセット	320 kcal	2026/9/26
セットサラダ	13 kcal	2026/9/26
ご飯（小）	234 kcal	2026/9/26
ご飯（中）	281 kcal	2026/9/26
ご飯（大）	374 kcal	2026/9/26

ハーフサイズメニュー	エネルギー (kcal)	更新日
ハーフ油淋鶏	321 kcal	2026/9/26
ハーフ玉子レタス炒飯	428 kcal	2026/9/26
ハーフ担々麺	388 kcal	2026/9/26
ハーフ叉焼広東麺	249 kcal	2026/9/26
ハーフ蒸し鶏塩翡翠麺	256 kcal	2026/9/26

麺	エネルギー (kcal)	更新日
蒸し鶏塩翡翠麺	450 kcal	2026/9/26
叉焼広東麺	496 kcal	2026/9/26
酸辣湯麺	692 kcal	2026/9/26
四川担々麺	714 kcal	2026/9/26
五目あんかけ焼きそば	537 kcal	2026/9/26
上海焼きそば	657 kcal	2026/9/26
上海常 麻婆麺	848 kcal	2026/9/26
本格 辛辣麻婆麺	981 kcal	2026/9/26

飯	エネルギー (kcal)	更新日
玉子レタス炒飯	717 kcal	2026/9/26
海老レタス炒飯	755 kcal	2026/9/26
油淋鶏炒飯	1016 kcal	2026/9/26
土鍋あんかけ天津飯	585 kcal	2026/9/26
辛辣炒飯	1026 kcal	2026/9/26
上海常 麻婆飯	810 kcal	2026/9/26
本格 辛辣麻婆飯	943 kcal	2026/9/26

点心		エネルギー (kcal)	更新日
点心セット	小籠包・肉焼売・海老蒸し餃子	172 kcal	2026/9/26
甘点心セット	ココナッツ団子・ゴマ団子・桃まんじゅう	346 kcal	2026/9/26
小籠包		135 kcal	2026/9/26
海老蒸し餃子		106 kcal	2026/9/26
肉焼売		138 kcal	2026/9/26
プリプリ海老焼売		155 kcal	2026/9/26
ゴマ団子		205 kcal	2026/9/26
三匹のアニマルまんセット		385 kcal	2026/9/26
ぶたちゃん肉まん		122 kcal	2026/9/26
パンダあんまん		149 kcal	2026/9/26
ピヨピヨカスタードまん		114 kcal	2026/9/26

デザート		エネルギー (kcal)	更新日
九龍球		43 kcal	2026/9/26
ライチシャーベット		57 kcal	2026/9/26
ゆずシャーベット		89 kcal	2026/9/26

おこさまメニュー		エネルギー (kcal)	更新日
お子さま ラーメンセット	(ラーメン/からあげ/デザート)	443 kcal	2026/9/26
お子さま チャーハンセット	(チャーハン/からあげ/デザート)	643 kcal	2026/9/26
お子さま ラーメン		233 kcal	2026/9/26
お子さま チャーハン		433 kcal	2026/9/26

※ジュースはカロリー計算に含まれておりません