

龍神丸 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。



【名物】わら焼き鰹たたき			エネルギー (kcal)	更新日
わら焼き鰹の塩たたき定食	【4切れ】	(わら焼き鰹の塩たたき/炊き立てご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	602 kcal	2026/10/1
	【6切れ】		661 kcal	2026/10/1
	【8切れ】		720 kcal	2026/10/1
わら焼き鰹のタレたたき定食	【4切れ】	(わら焼き鰹の塩たたき/炊き立てご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	633 kcal	2026/10/1
	【6切れ】		698 kcal	2026/10/1
	【8切れ】		761 kcal	2026/10/1
わら焼き鰹の合い盛り定食	【4切れ】	(わら焼き鰹の塩・タレたたき /炊き立てご飯/あおさ海苔の味噌汁/漬物)	758 kcal	2026/10/1
	【6切れ】		882 kcal	2026/10/1
	【8切れ】		1004 kcal	2026/10/1

おすすめ定食		エネルギー (kcal)	更新日
わら焼き鰹とチキン南蛮定食	(わら焼き鰹のたたき/チキン南蛮/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漁師の節煮/漬物)	1040 kcal	2026/10/1
鰹の漁師漬けと肉厚アジフライ定食	(鰹の漁師漬け/肉厚アジフライ/炊きたて ご飯/あおさ海苔の味噌汁/漁師の節煮/漬物)	1137 kcal	2026/10/1
鰹の漁師漬けと瀬戸内産カキフライ定食	(鰹の漁師漬け/瀬戸内産カキフライ/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漁師の節煮/漬物)	885 kcal	2026/10/1
わら焼き塩たたき盛り合わせ定食	(わら焼き塩たたき3種盛り「鰹・ぶり・サーモン」 /炊きたてご飯/あおさ海苔の味噌汁/漬物)	723 kcal	2026/10/1
お刺身盛り合わせと天ぷら定食	(本日のお刺身盛り合わせ/天ぷら盛り合わせ/漁師の 節煮/炊きたてご飯/あおさ海苔の味噌汁/漬物)	1153 kcal	2026/10/1

※わら焼き鰹とチキン南蛮定食のわら焼き鰹のたたきは（塩）でカロリー計算しております。

※お刺身盛り合わせと天ぷら定食の本日のお刺身盛り合わせは（鰹・ぶり・サーモン）でカロリー計算しております。

お刺身は仕入れ状況により内容が異なります。

魚定食		エネルギー (kcal)	更新日
カマ塩焼き定食	(本日のカマ焼き/湯葉豆腐/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	816 kcal	2026/10/1
縞ホッケわら焼き定食	(縞ホッケわら焼き/湯葉豆腐/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	752 kcal	2026/10/1
とろ鯖わら焼き定食	(とろ鯖わら焼き/湯葉豆腐/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	1118 kcal	2026/10/1
漁師の浜煮定食	(本日の漁師の浜煮/湯葉豆腐/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	1104 kcal	2026/10/1
漁師の浜煮とわら焼き鰹の定食	(漁師の浜煮/わら焼き鰹/湯葉豆腐/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	1042 kcal	2026/10/1
漁師の浜煮と天ぷら盛り合わせ定食	(漁師の浜煮/天ぷら盛り合わせ/湯葉豆腐 /炊きたてご飯/あおさ海苔の味噌汁/漬物)	1411 kcal	2026/10/1

※カマ塩焼き定食の本日のカマ焼きは（鮪）でカロリー計算しております。

※定食の漁師の浜煮は（サバ・鯛）のカマでカロリー計算しております。

使用する魚は変動する場合がございます。

お肉の定食		エネルギー (kcal)	更新日
ネギ塩牛たん焼き定食	(ネギ塩牛たん焼き/漁師の節煮/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	983 kcal	2026/10/1
鶏もも肉のチキン南蛮定食	(鶏もも肉のチキン南蛮/漁師の節煮/炊きたて ご飯/あおさ海苔の味噌汁/漬物)	1286 kcal	2026/10/1
ネギ塩から揚げ定食	(ネギ塩から揚げ/漁師の節煮/炊きたてご飯 /あおさ海苔の味噌汁/漬物)	1136 kcal	2026/10/1

ゆず玉ごはん		エネルギー (kcal)	更新日
ヤマサキ農場のゆず玉ごはんセット	(ヤマサキ農場のゆず玉/炊き立てご飯/漁師の節煮 /めかぶ明太子/しらすおろし/あおさ海苔の味噌汁 /漬物)	623 kcal	2026/10/1
瀬戸内産カキフライとゆず玉ごはんセット	(瀬戸内産カキフライ/ヤマサキ農場のゆず玉 /漁師の節煮/めかぶ明太子/しらすおろし /炊き立てご飯/あおさ海苔の味噌汁/漬物)	841 kcal	2026/10/1
わら焼き鰹とゆず玉ごはんセット	(わら焼き鰹/ヤマサキ農場のゆず玉/漁師の節煮 /めかぶ明太子/しらすおろし/炊き立てご飯/あおさ 海苔の味噌汁/漬物)	715 kcal	2026/10/1

釜めし定食		エネルギー (kcal)	更新日
鯛釜めし定食	(鯛釜めし/漁師の節煮/あおさ海苔の味噌汁/漬物 /茶漬けセット)	583 kcal	2026/10/1
しらすと明太子の釜めし定食	(しらすと明太子の/漁師の節煮/あおさ海苔の味噌汁 /漬物/茶漬けセット)	623 kcal	2026/10/1
びっしり！いくら釜めし定食	(びっしり！いくら釜めし/漁師の節煮/あおさ海苔の 味噌汁/漬物/茶漬けセット)	705 kcal	2026/10/1

丼ぶりセット		エネルギー (kcal)	更新日
いくらとサーモンの親子丼セット	(青さ海苔の味噌汁/漬物つき)	601 kcal	2026/10/1
わら焼き鰹とアボカドの和風ポキ丼セット	(青さ海苔の味噌汁/漬物つき)	700 kcal	2026/10/1
海鮮漬け丼セット	(青さ海苔の味噌汁/漬物つき)	552 kcal	2026/10/1

ミックスフライ定食		エネルギー (kcal)	更新日
海鮮ミックスフライ定食	(ミックスフライ3種「牡蠣・海老・アジ」/サラダ/炊きたてご飯/青さ海苔の味噌汁/漬物)	1215 kcal	2026/10/1

高知アイス		エネルギー (kcal)	更新日
土佐ジロー濃厚バニラ		158 kcal	2026/10/1
ゆずシャーベット		81 kcal	2026/10/1

お子さまランチ		エネルギー (kcal)	更新日
お子さまランチ	(ハンバーグ/唐揚げ/オムレツ/ごはん/ゼリー)	322 kcal	2026/10/1

単品		エネルギー (kcal)	更新日
カツオのタレたたき	(4切れ)	156 kcal	2026/10/1
	(6切れ)	221 kcal	2026/10/1
	(8切れ)	284 kcal	2026/10/1
カツオの塩たたき	(4切れ)	125 kcal	2026/10/1
	(6切れ)	184 kcal	2026/10/1
	(8切れ)	243 kcal	2026/10/1
わら焼きぶりの塩たたき		194 kcal	2026/10/1
わら焼きサーモンの塩たたき		177 kcal	2026/10/1
わら焼き塩たたき盛り合わせ		246 kcal	2026/10/1
わら焼き鰹の合い盛り		202 kcal	2026/10/1
お刺身三種盛り		148 kcal	2026/10/1
鰹刺し		59 kcal	2026/10/1
サーモン刺し		98 kcal	2026/10/1
ぶり刺し		98 kcal	2026/10/1
海鮮ユッケ		249 kcal	2026/10/1
枝豆		150 kcal	2026/10/1
シラスおろし		49 kcal	2026/10/1
冷奴		46 kcal	2026/10/1
ゆば豆腐		12 kcal	2026/10/1
オニオンスライス		44 kcal	2026/10/1
塩だれキャベツ		31 kcal	2026/10/1
おつまみ小鉢3種		51 kcal	2026/10/1
ゆば刺身		78 kcal	2026/10/1
サーモンとアボカドのタルタル		324 kcal	2026/10/1

しらすと海藻のサラダ		168 kcal	2026/10/1
しらすと海藻のサラダ（ミニサイズ）		104 kcal	2026/10/1
大根サラダ	※ドレッシングはゆず胡麻ドレッシングで カロリー計算しております。	120 kcal	2026/10/1
大根サラダ（ミニサイズ）		69 kcal	2026/10/1
豆腐と生湯葉のサラダ		198 kcal	2026/10/1
豆腐と生湯葉のサラダ（ミニサイズ）		114 kcal	2026/10/1
鰹の漁師漬け		156 kcal	2026/10/1
漁師の節煮		34 kcal	2026/10/1
鰹のタツタ漁師ボン酢おろし		365 kcal	2026/10/1
鰹のはらんぼ わら焼き		72 kcal	2026/10/1
鰹のはらんぼ 揚げ出し		160 kcal	2026/10/1
鰹のレアカツ		376 kcal	2026/10/1
さきいかの天ぷら		230 kcal	2026/10/1
海老の唐揚げ		80 kcal	2026/10/1
鶏もも肉の唐揚げ		325 kcal	2026/10/1
鶏もも肉のチキン南蛮		439 kcal	2026/10/1
フライドポテト		311 kcal	2026/10/1
鰹のはらんぼ天ぷら		300 kcal	2026/10/1
天ぷら盛り合わせ		494 kcal	2026/10/1
カマンベールチーズフライ		319 kcal	2026/10/1
土佐の芋天		367 kcal	2026/10/1
軟骨の唐揚げ		211 kcal	2026/10/1
土佐の芋天		367 kcal	2026/10/1
海鮮ミックスフライ	（牡蠣・海老・アジ）	738 kcal	2026/10/1
肉厚アジフライ（1尾）		466 kcal	2026/10/1
瀬戸内産カキフライ（2個）		218 kcal	2026/10/1
有頭海老フライ（1尾）		225 kcal	2026/10/1
ネギ塩牛たん焼き		506 kcal	2026/10/1
ネギ塩から揚げ		659 kcal	2026/10/1
漁師の浜煮		615 kcal	2026/10/1
漁師の浜煮（ハーフ）		364 kcal	2026/10/1
本日のカマ焼き	※鯖でカロリー計算しております。	327 kcal	2026/10/1
とろさばのわら焼き		629 kcal	2026/10/1
縞ホッケのわら焼き		263 kcal	2026/10/1
高知県産鯛釜めし		510 kcal	2026/10/1
しらすと明太子の釜めし		550 kcal	2026/10/1
びっしり！いくら釜めし		632 kcal	2026/10/1
おにぎり	かつお	272 kcal	2026/10/1
	めかぶ明太子	260 kcal	2026/10/1
	いくら	262 kcal	2026/10/1
漁師の出汁茶漬け		403 kcal	2026/10/1
ヤマサキ農場の「ゆず玉」		95 kcal	2026/10/1
炊きたて白ご飯		438 kcal	2026/10/1
あおさ海苔の味噌汁		34 kcal	2026/10/1
めかぶ明太子	小	27 kcal	2026/10/1
	大	54 kcal	2026/10/1