



ごはんとうしおや

「ごはんとうしおや」は、潮屋の製品を利用した“焼き魚定食専門”のお店です。
全体的に塩分が少なく脂っこさもなく、毎日でも安心して食べられます。
程よい塩加減の種類豊富な美味しい焼き魚に、こだわりのごはんのみそ汁。
そこに添える、日替わりの蒸し野菜やお漬物。
オプションで、潮屋の様々な美味もお楽しみいただけます。
当店のシンプルな味わいをぜひお楽しみください。



「米」

美味しい焼き魚には美味しいごはんが必須。
創業 150 年、米のプロフェッショナルである
野々市市の「米屋」さんが厳選する県内の本
当に美味しいお米をチョイス。門前米コシヒ
カリや白山米、珠洲のひとめぼれなど、その
年の収穫状況に応じて厳選してまいります。

「魚」

漬け魚や一夜干、たたきなど、石川をメインに国
内外の上質な魚介を厳選しています。定食の鰯か
まは、濃厚な脂で上質な養殖ブリを使用し、リピ
ーターも大変多くご好評を頂いております。冬には
脂がしっかりとった天然寒ブリを使用したメ
ニューも登場します。



「調味料と水」

メニュー各種に使用される調味料にもこだわります。
能登の揚げ浜塩、いしる、大野醤油、味噌など
調味料はほとんどが地場のもの。添加物で甘みや
旨味をつけるのではなく、昔ながらの調味で魚本
来の美味しさを引き出すように努めています。水
は霊峰白山伏流水を使用しています。





「ふり塩仕立」シリーズ

ふり塩仕立シリーズは、新鮮なお魚に定量の塩をさっと一振りした塩分控えめのシリーズです。潮屋の魚介製品は他社の一般的な魚介製品と比較して全体的に塩分は控えめです。もし塩味が物足りない場合、お醤油をご利用ください。

定食で人気の「鰯かま ふり塩仕立」は、物販コーナーで販売中です。ご自宅用や、身近な方への贈り物にご利用くださいませ。詳しくは販売スタッフまで。



ごはんの変更 (中 180g が普通盛りです)

※混雑状況、時間帯によりお受けできない場合がございます。
※ミニ定食は対象外となります。

・中 180gのまま …± 0円

→・小 120gに変更…- 99円

→・大 240gに変更…+ 99円

→・特 300gに変更…+198円

ごはんのトッピング



店頭にて販売中！

中島菜ちりめん …110円

能登野菜の中島菜、風味豊かなちりめん、胡麻等とブレンドしたふりかけです。

日替わりふりかけ …110円

鰯そぼろ山椒・鮭そぼろ山椒・ちりめん山椒・ちりめん南蛮のいずれか

焼き海苔 …110円

磯の香りがたまらない、ごはんによく合う厳選のり(味付ではありません)

太白おぼろ …110円

大脇昆布さん謹製の太白おぼろ昆布



すべての定食に+396 円でセット可能！

潮屋のたたきセット

+396円

日替わり「潮屋のたたき」3切

※本日の魚種はスタッフにお尋ねください。

※たたきシリーズ製品は物販コーナーで販売中です。



鰯(ぶり)のたたき



サーモンのたたき



能登ふぐのたたき



たこのたたき

ふり塩仕立
シリーズ

人気 No. 1

数量限定

鰯かま塩焼きとごはん…1,485 円

定食内容:鰯かま塩焼き、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 12 分

鰯かま塩焼き単品…880 円

潮屋の人気「鰯かま」は、能登塩をさっとひと振り、
控えめの塩加減で鰯の旨味を存分に楽しめます。
肉厚で脂がのってジューシー！お好みでお醤油を
かけてお召し上がり下さい。大根おろし付き。



ふり塩仕立
シリーズ

人気 No. 2

数量限定

さば塩焼きとごはん…1,265 円

定食内容:さば塩焼き、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 10 分

さば塩焼き単品…660 円

塩分控えめ、脂ののったノルウェー産塩さばをふっくら
と焼き上げました。脂と旨味で…ごはんが進みます！
お好みでお醤油をかけてお召し上がり下さい。
※鯖の細かい骨にご注意ください。大根おろし付き。



ふり塩仕立
シリーズ

数量限定

紅鮭塩焼きとごはん…1,265 円

定食内容:紅鮭塩焼き、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 10 分

紅鮭塩焼き単品…660 円

能登塩をさっとひと振り塩した、塩分控えめの紅鮭を、しっ
とりふっくらと焼き上げております。また、在庫があれば
希少部位・紅鮭のカマに変更可能です。スタッフまで
お尋ねください。(切り身と同価格です)



ふり塩仕立
シリーズ

数量限定

あじ塩焼きとごはん…1,265 円

定食内容:あじ塩焼き、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 10 分

あじ塩焼き単品…660 円

脂ののった程よい塩加減の大きなあじの開きを、しっ
とりふっくらと焼き上げております。あじの旨味がしっ
かりとあり、身も多く食べ応え満点。
※あじのゼイゴ部分や細かい骨にご注意ください。





「いしる干」シリーズ

「いしる」とは、能登地方で古くから伝わる魚醤。イカ、イワシ、サバ等の原料に塩を加え、熟成・発酵させてできた液を殺菌・濾過して出来上ります。この「いしる」を調味に使った様々な魚種の一晩干しを詰合わせた「能登いしる干」詰合せをご用意。店頭にてご購入・地方発送が可能です。

お食事でもぜひ「いしる干」をお試しいただき、ご自宅用や、大切な方への贈り物にご利用くださいませ。詳しくは販売スタッフまで。



ごはんの変更 (中 180g が普通盛りです)

※混雑状況、時間帯によりお受けできない場合がございます。
※ミニ定食は対象外となります。

・中 180gのまま …± 0円

→・小 120gに変更…ー 99円

→・大 240gに変更…+ 99円

→・特 300gに変更…+198円

ごはんのトッピング



店頭にて販売中！

中島菜ちりめん …110円

能登野菜の中島菜、風味豊かなちりめん、胡麻等とブレンドしたふりかけです。

日替わりふりかけ …110円

鰯そぼろ山椒・鮭そぼろ山椒・ちりめん山椒・ちりめん南蛮のいずれか

焼き海苔 …110円

磯の香りがたまらない、ごはんによく合う厳選のり(味付ではありません)

太白おぼろ …110円

大脇昆布さん謹製の太白おぼろ昆布



すべての定食に+396 円でセット可能！

潮屋のたたきセット

+396円

日替わり「潮屋のたたき」3切

※本日の魚種はスタッフにお尋ねください。

※たたきシリーズ製品は物販コーナーで販売中です。



鰯(ぶり)のたたき



サーモンのたたき



能登ふぐのたたき



たこのたたき

いしる干
シリーズ

数量限定

ホッケいしる干とごはん…1,265 円

定食内容:ホッケいしる干、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 10 分

ホッケいしる干単品…660 円

縞ホッケを能登の魚醤「いしる」にて調味しました。
焼き上げた身はふっくらジューシー、ホッケの脂、旨味
と魚醤の奥深い味わいがお口の中にひろがります！
大根おろし付き。



いしる干
シリーズ

数量限定

赤魚いしる干とごはん…1,265 円

定食内容:赤魚いしる干、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 10 分

赤魚いしる干単品…660 円

特大肉厚の赤魚を食べやすいサイズの半身におろし、
能登の魚醤「いしる」で調味しふっくらと焼き上げまし
た。「いしる」の風味をお楽しみいただくため、なるべく
お醤油をかけずにお召上がりください。



いしる干
シリーズ

数量限定

ふぐいしる干とごはん…1,155 円

定食内容:ふぐいしる干、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 12 分

ふぐいしる干単品…550 円

潮屋の詰合せギフトで人気のいしるで調味した「能登
いしる干」のふぐをふっくらと焼き上げました。焼くと
小さくなりますが少量ずつ食べても旨味があり、ごは
んが進みます。「いしる」の風味をお楽しみください。



いしる干
シリーズ

数量限定

かますいしる干とごはん…1,045 円

定食内容:かますいしる干、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 12 分

かますいしる干単品…440 円

潮屋の詰合せギフトで人気のいしるで調味した「能登
いしる干」のかますをふっくらと焼き上げました。ふっ
くらやわらかい旨味たっぷりの身。何もかけずそのま
ま「いしる」の風味をお楽しみください。





「プレミアム味噌・醤油」シリーズ

今では地元ブランドの調味料とのコラボはめずらしくありませんが、実は潮屋では30年以上前の創業当時からずっと取り組んできました。この「プレミアムシリーズ」の漬け魚にも、金沢のプレミアム調味料を率先して使用しております。
 ・金沢大野の「ヤマト醤油味噌」・「直源醤油」
 ・金沢福光屋の「吟醸酒粕」など、ぜひ石川の地・金沢・潮屋ならではの味わいをお楽しみ下さい。



ごはんの変更 (中180gが普通盛りです)

※混雑状況、時間帯によりお受けできない場合がございます。
 ※ミニ定食は対象外となります。

・中 180gのまま …± 0円

→・小 120gに変更…- 99円

→・大 240gに変更…+ 99円

→・特 300gに変更…+198円

ごはんのトッピング



店頭にて販売中！

中島菜ちりめん …110円

能登野菜の中島菜、風味豊かなちりめん、胡麻等とブレンドしたふりかけです。

日替わりふりかけ …110円

鰯そぼろ山椒・鮭そぼろ山椒・ちりめん山椒・ちりめん南蛮のいずれか

焼き海苔 …110円

磯の香りがたまらない、ごはんによく合う厳選のり(味付ではありません)

太白おぼろ …110円

大脇昆布さん謹製の太白おぼろ昆布



すべての定食に+396円でセット可能！

潮屋のたたきセット

+396円

日替わり「潮屋のたたき」3切

※本日の魚種はスタッフにお尋ねください。

※たたきシリーズ製品は物販コーナーで販売中です。



鰯(ぶり)のたたき



サーモンのたたき



能登ふぐのたたき



たこのたたき

プレミアム
味噌シリーズ

数量限定

数量限定

プレミアム
味噌シリーズ

銀だら西京焼とごはん…1,705 円

定食内容: 銀だら西京焼、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安: 調理開始後から約 10 分

銀だら西京焼単品…1,100 円

肉厚で脂ののった銀だらを、西京味噌、金沢・俵屋のじろ飴、福正宗吟醸酒粕、本みりんなどをブレンドした、潮屋オリジナル西京味噌でじっくり漬け込みました。優しい甘みと程よい塩味の深い味わいをどうぞ。

さわら西京焼とごはん…1,705 円

定食内容: さわら西京焼、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安: 調理開始後から約 10 分

さわら西京焼単品…1,100 円

ふわっと柔らかい身のさわらを、西京味噌、金沢・俵屋のじろ飴、福正宗吟醸酒粕、本みりんなどをブレンドした、潮屋オリジナル西京味噌でじっくり漬け込みました。優しい甘みと程よい塩味の深い味わいをどうぞ。



プレミアム
味噌シリーズ

数量限定

数量限定

プレミアム
醤油シリーズ

天然鰯味噌漬とごはん…1,705 円

定食内容: 天然鰯味噌漬、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安: 調理開始後から約 12 分

天然鰯味噌漬単品…1,100 円

潮屋の「天然鰯味噌漬」は、米みそ、俵屋のじろ飴などをブレンドした逸味潮屋オリジナル白味噌にじっくり漬け込んだ味噌漬です。お魚には何もかけずにそのまま味噌の風味をお楽しみ下さい。

天然鰯ひしほ漬とごはん…1,705 円

定食内容: 天然鰯ひしほ漬、門前米コシヒカリごはん中、小鉢、味噌汁
※提供時間目安: 調理開始後から約 12 分

天然鰯ひしほ漬単品…1,100 円

潮屋の「天然鰯ひしほ漬」は、芳醇な大野のひしほ醤油にじっくりと漬け込んだ漬け魚で、その香りが食欲をそそります。お魚には何もかけずにそのままひしほ醤油の風味をお楽しみください。



ミニ定食
シリーズ

数量限定

ミニかれい定食…836 円

定食内容:うす塩かれい、門前米コシヒカリごはん小、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 10 分

うす塩かれい単品…330 円

小さなうす塩かれい、ごはん小盛り、小鉢、味噌汁がついた少量のミニ定食です。少食やダイエット中の方へ！

※ごはんを中に変更した場合…935 円



ミニ定食
シリーズ

数量限定

ミニあじ定食…836 円

定食内容:醤油味酛あじ、門前米コシヒカリごはん小、小鉢、味噌汁
※提供時間目安:調理開始後から約 10 分

醤油味酛あじ単品…330 円

小さな醤油味酛あじ、ごはん小盛り、小鉢、味噌汁がついた少量のミニ定食です。少食やダイエット中の方へ！

※ごはんを中に変更した場合…935 円



「ミニ定食」シリーズ

ミニ定食の小ぶりのお魚は、潮屋の人気ギフト「朝食御魚」からセレクトして使用しております。朝食はもちろん、晩ご飯にも気軽にお魚を…というコンセプトで登場した詰合せ製品です。

ご自宅用や、身近な方への贈り物にご利用くださいませ。詳しくは販売スタッフまで。





ごはんの変更 (中 180g が普通盛りです)

※混雑状況、時間帯によりお受けできない場合がございます。
※ミニ定食は対象外となります。

・中 180gのまま …± 0円

→・小 120gに変更…ー 99円

→・大 240gに変更…+ 99円

→・特 300gに変更…+198円

ごはんのトッピング



店頭にて販売中！

中島菜ちりめん …110円

能登野菜の中島菜、風味豊かなちりめん、胡麻等とブレンドしたふりかけです。

日替わりふりかけ …110円

鰯そぼろ山椒・鮭そぼろ山椒・ちりめん山椒・ちりめん南蛮のいずれか

焼き海苔 …110円

磯の香りがたまらない、ごはんによく合う厳選のり(味付ではありません)

太白おぼろ …110円

大脇昆布さん謹製の太白おぼろ昆布



すべての定食に+396 円でセット可能！

潮屋のたたきセット

+396円

日替わり「潮屋のたたき」3切

※本日の魚種はスタッフにお尋ねください。

※たたきシリーズ製品は物販コーナーで販売中です。



鰯(ぶり)のたたき



サーモンのたたき



能登ふぐのたたき



たこのたたき

ごはん・味噌汁

(定食のお客様優先のため、注文不可の場合あり)

ごはん小(120g)	…198 円
ごはん中(180g)	…297 円
ごはん大(240g)	…396 円
ごはん特(300g)	…495 円
味噌汁	…110 円

一品・おつまみ

日替わり「たたき」3切	…440 円
能登いか焼き塩辛	…770 円
2種盛り	…660 円

(たこわさび漬・ほたるいか醤油漬)

※価格はすべて税込みです。(2026.4.30 更新)

瓶ビール

サッポロ黒ラベル 330ml…550 円

日本酒

加賀鳶 純米吟醸 180ml…550 円
黒帯 悠々180ml …550 円

ウイスキー

ハイボール(レモン) …550 円

ソフトドリンク・ノンアルコール

アサヒドライゼロ(ノンアルコールビール)…440 円
コカ・コーラ …330 円
ジンジャーエール …330 円
オレンジジュース …330 円
緑茶(綾鷹) …330 円
アイスコーヒー …440 円
ホットコーヒー …440 円

店内の漬け魚・一夜干・たたきも定食に！

店内物販コーナー(冷凍)の漬け魚・一夜干・たたき等もオーダーストップ前でしたら、調理いたします。販売価格(店内飲食時は税率10%)に605円プラスで定食にできます！お気軽にどうぞ。※解凍時間・調理時間合わせて15分ほど頂きます。



小鉢について

写真の小鉢は西金沢「羽二重豆腐」さんのがんもです。その他潮屋のオリジナル惣菜珍味「五彩漬」や隣接の本社工場で製造したお魚の煮ものなど、日替わりでご用意しております。



味噌汁について

金沢大野の米味噌、お出汁はプロ厳選だしと北海道産真昆布。水は霊峰白山の伏流水(地下水)を使用。具材は日替わりで金沢のお麩やうす揚げ、能登わかめ、岩のり、あおさなど石川づくし！



テイクアウトやお弁当も可能です。

ほとんどのメニューのテイクアウトが可能です。食べきれなかった分のお持ち帰りも一部可能です。容器に入りきらないお魚は、アルミホイルに包んでお渡しする場合がございますのでご了承ください。

※容器代1つにつき各55円です。
※テイクアウトは税率8%です。

