

# あらかわ満点メニュー



栄養基準を満たした、1食で栄養バランスが整ったメニューです  
栄養成分表示を表記して提供しています

## 和風きのこハンバーグセット



ハンバーグの大きさは通常(190g)より小さいサイズ(140g)です。

・和風ハンバーグ ・きのこソテー ・サラダ ・ライス ・スープ

※ディナーのみ

### 栄養成分表示

エネルギー:848kcal たんぱく質:27.9g 脂質:20.9g  
炭水化物:140.9g (糖質:136.6g 食物繊維:4.3g)  
食塩相当量:3.1g 野菜等重量:141g



お店で通常提供している牛肉100%ハンバーグを少し小ぶりにすることで、全体のエネルギー量をおさえました。生姜が香るさっぱり和風ソースはハンバーグとの相性抜群です。食物繊維がとれるきのこソテーが添えてあるのもおすすめポイントです。

ハンバーグレストラン  
まつもと



荒川区



女子栄養大学短期大学部

お客様の声をお聞かせください

