

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



牛スタミナ炒め定食



・牛肉野菜炒め ・めかぶ ・漬物
・ごはん ・みそ汁 ・果物

※季節によって一部内容に変更があります

栄養成分表示

エネルギー:680kcal たんぱく質:25.0g 脂質:22.3g
炭水化物:95.5g (糖質:86.2g 食物繊維:9.3g)
食塩相当量:3.2g 野菜等重量:273g

野菜
140g以上

1日の野菜摂取目標量の2/3以上をとることができるので、野菜が不足しがちな方にもおすすめです。さっぱりしためかぶの小鉢や果物もついています。
どなたにもご満足いただけるメニューです。

お客様の声を
お聞かせください



お食事処 ときわ ×  荒川区 ×  女子栄養大学短期大学部