

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

・牛肉野菜炒め・めかぶ・漬物
・ごはん・みそ汁・果物



牛肉スタミナ炒め定食 900円

※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:666kcal たんぱく質:24.6g 脂質:21.1g
炭水化物:95.0g (糖質:85.8g 食物繊維:9.2g)
食塩相当量:3.6g 野菜等重量:286g

野菜
140g以上

1日に必要な2/3以上の野菜が使われているので、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、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