

【野菜たっぷり!!ヘルシーメニュー】認定!!

～みんなで健康ちたフラン～

野菜を食べようプロジェクト

ヘルシー・ハンバーグ

¥850 (税込)



～お品書き～

- ・ごはん
- ・ヘルシー・ハンバーグ
- ・人参マリネ
- ・こんにゃくのピリ辛煮
- ・お吸い物

野菜

294g

噛みごたえバッチリ!!

エネルギー

602 kcal

塩分

2.6g



ハンバーグに添えられたたっぷりの野菜はシャキシャキした食感を楽しめます



ハンバーグにはおからが使われていて、ヘルシーなのにボリューム満点!!
お手製の温泉卵と一緒に召し上がりください



手作りのポン酢は柑橘系の香りをきかせて減塩に!



1食あたりの噛む回数は1260回!

ぜひご賞味ください

認定：知多市（健康推進課）