

【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

ヘルシー中華飯

¥860 (税別)



～お品書き～

- ・ヘルシー中華飯
- ・果物
- ・ウーロン茶

野菜

175g

噛みごたえバツチリ!!

エネルギー

555 kcal

塩分

3.0 g



自家栽培の野菜がたっぷり!

新鮮な野菜のシャキシャキとした食感が楽しめます



自家栽培の米を使ったご飯は 150g と丼としては控えめですが、**たっぷり野菜の入ったあん**がかかっているため食べごたえがあります



ダシをきかせたスープにとろみを付けることによって旨みを感じやすく、やさしい味に仕上げました



1食あたりの**噛む回数**は**1543回!**

ぜひご賞味ください

認定：知多市 (健康推進課)