

最上総合支庁オリジナル♡

食塩控えめでもおいしい  
ランチをお試しください!!!

手作り♡

# おいしい 適塩 ランチ

ごはん

おしながき

- ・甘みそを使った野菜たくさん豚汁
- ・カリッと揚げた鶏もも肉の油淋鶏
- ・きつねときゅうりの旨味ナムル
- ・直火でこんがり焼きなすのポン酢
- ・おかひじきのピリッと辛味和え
- ・かつおだしを効かせたモロヘイヤの冷浸し
- ・季節のフルーツ

食塩 2.5g!

599Kcal!  
野菜 215g  
フルーツ 30g

※画像はいずれもイメージです。実際と異なることがあります。

※メニューが変更になる場合があります。

栄養成分表示 (推定値)

カロリー-599kcal/たんぱく質 22.4g/脂 質 21.0g/炭水化物 78.9g/食塩相当量 2.5g

1日の食塩摂取目標量は男性8g女性7gです 野菜は1日350g食べましょう果物を食事にとりいれましょう

1日限り!!

100食限定

最上総合支庁  
(県合同庁舎)1階

せんき  
食事処千起

600円 (税込)

電話 0233-23-2934

新庄市金沢字大道上 2034

販売日

令和2年8月19日(水)

午前11時30分から

午後2時まで

お問合せ 山形県最上総合支庁(最上保健所)地域保健福祉課 TEL0233-29-1267

