



日替わりランチ (豚の生姜焼き定食)

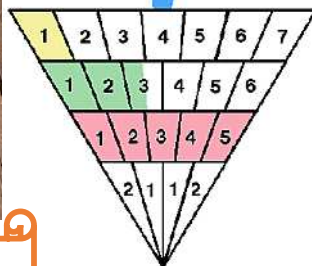
※デザートも日替わりです



健康づくり推進店 《ニューヴェル・テラス》

食事バランスガイド

このメニューのサービング数(つ)



1.0 主食(ごはん・パン・麺)

2.5 副菜(野菜・きのこ・いも・海藻料理)

5.0 主菜(肉・魚・卵・大豆製品)

0 牛乳・乳製品

0 果物

※1日3回の食事で、上のコマが完成するように食べましょう!

野菜は毎食たっぷりとりましょう!
1日にとりたい野菜の目標は成人で350g以上です。

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	野菜量
879kcal	40.1 g	41.8 g	75.9 g	3.8 g	160 g

※セットのドリンクの栄養価は含まれていません

この表示値は、目安です。