

# 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

- ・厚揚げと野菜のトマト煮
- ・ポテトサラダ
- ・ごはん
- ・冷や汁



## 満点☆夏のトマト煮定食

※ランチのみ(11:00～14:00) 1日15食限定

### 栄養成分表示



エネルギー:645kcal たんぱく質:22.4g 脂質:21.1g  
炭水化物:89.2g (糖質:75.3g 食物繊維:13.9g)  
食塩相当量:2.8g 野菜等重量:240g



この定食には10種類の野菜が使われていて、この一食で200g以上の野菜をとることができます。冷や汁には、きゅうりとさわやかな香りのミョウガやシソも入って、暑い日にも食べやすい一品です。

お客様の声をお聞かせください



レストラン さくら ×  荒川区 ×  女子栄養大学短期大学部