

# 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



## 五目かき揚げそば



### 栄養成分表示

エネルギー:664kcal たんぱく質:21.5g 脂質:20.5g

炭水化物:99.5g (糖質:89.0g 食物繊維:10.5g)

食塩相当量:2.1g(めんつゆ1/2量) 野菜等重量:100g

食物繊維、カルシウム、鉄を多く含むそばに、いかげそ、たまねぎ、にんじん、春菊、さくらえびの入ったかき揚げをのせました。ねぎとわかめをトッピングし、単品メニューでは不足しがちな野菜もとることができます。

お客様の声をお聞かせください



六文そば (日暮里1号店) ×  荒川区 ×  女子栄養大学短期大学部