

体と心にやさしいメニュー

当店では、『料理の栄養成分を知りたい』というお客様のニーズに答え、お店で提供している料理の栄養成分等の表示をしています。お客様の健康づくりを食の面から応援する店として『健康づくり応援店』に登録しています。

ビーフカレー

エネルギー 800kcal 塩分 5.3g

親子丼

エネルギー 800kcal 塩分 4.9g

カツカレー

エネルギー 900kcal

塩分 5.9g

野菜サラダ

エネルギー 600kcal 塩分 1.1g

たまごうどん

エネルギー 400kcal 塩分 3.3g

かつ丼

エネルギー 800kcal 塩分 4.9g

きつねうどん

エネルギー 400kcal 塩分 3.6g

焼きめし

エネルギー 1000kcal 塩分 3.9g

焼きそば

エネルギー 800kcal 塩分 3.8g

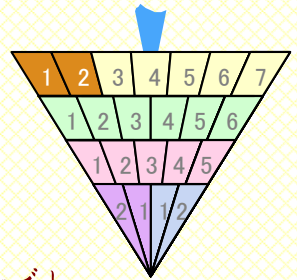


主なメニューの栄養成分一覧

割りそば

エネルギー 500Kcal
 食物繊維 5.1g
 塩分 2.2g
 鉄 2.8g

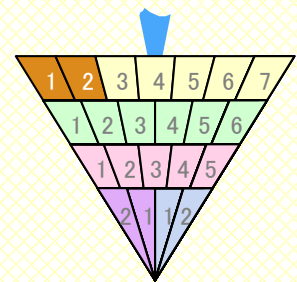
*塩分量は、つゆ入れて「割り」一枚につき 一まわし位かけた時のものです。



釜揚げそば

エネルギー 500Kcal
 食物繊維 5.1g
 塩分 2.9g
 鉄 2.9g

*塩分量は、つゆ入れて三まわし位かけた時のものです。

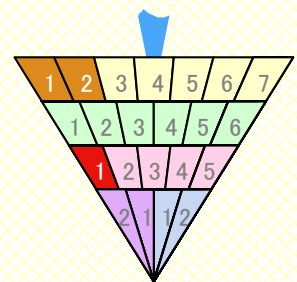


山月そば (とろろ・卵入り)

エネルギー 600Kcal
 食物繊維 5.4g
 塩分 3.1g
 鉄 2.9g

[とろろ : エネルギー 20Kcal 塩分 0g
 卵 : エネルギー 80Kcal 塩分 0.2g]

*塩分量は、つゆ入れて三まわし位かけた時のものです。



◆塩分量はご自分で調整することができます。

*コマの絵は「食事バランスガイド」と呼ばれているものです。
 詳しくは裏面をご覧ください、食生活の参考にしてください。