

坂戸市
認定!

健康  進

げんき満開メニュー



クラムチャウダーセット

(パン・サラダ・ホットコーヒー付)

¥800

1食の栄養価

エネルギー	670kcal
たんぱく質	21.1g
脂質	33.2g
炭水化物	73.5g
食塩	3.8g
カルシウム	233mg
鉄	3.8mg
葉酸	140μg

おすすめポイント

葉酸やカルシウム、鉄分が多くとれるメニューです。
野菜を180gとることができます。

坂戸市食を通じた健康づくり応援店 **ギャラリー れ・ほめう**