

# 健康<sup>ぞう</sup>進 ばんき満開メニュー



## だし巻き玉子

¥480

栄養量(1人前※写真の1/2量)

エネルギー	128kcal
たんぱく質	9.4g
脂質	9.0g
炭水化物	1.2g
食塩	0.4g
カルシウム	45mg
鉄	1.4mg
葉酸	98μg

### おすすめポイント

坂戸産の葉酸卵を使い、葉酸が多くとれる食品です。

※このメニューは2人前相当として認定しています。



やるぞうくん

坂戸市食を通じた健康づくり応援店 **なにかや松肇**