

# 健康<sup>そう</sup>進 げんき満開メニュー



弾力パンケーキの  
サラダセット

エネルギー	572kcal
たんぱく質	22.8g
脂質	26.6g
炭水化物	66.0g
カルシウム	333mg
鉄	2.1mg
葉酸	85 $\mu$ g
食塩相当量	2.8g

## おすすめポイント

エネルギー、食塩が控えめでカルシウムと野菜がたっぷりとれるメニューです。

坂戸市食を通じた健康づくり応援店

natural cafe & deli

COUCOU

