

健康^{ぎょう}進

げんき満開メニュー

レバニラ炒め



エネルギー	385kcal
たんぱく質	24.9g
脂質	23.8g
炭水化物	14.1g
カルシウム	64mg
鉄	14.0mg
葉酸	921μg
食塩	5.3g

おすすめポイント

葉酸たっぷり、鉄分たっぷり、
野菜が225gとれる健康に
配慮したメニューです。

坂戸市食を通じた健康づくり応援店

ぎょうぜの満洲

