

5/5~5/11 想いやりランチ

森山病院管理栄養士監修メニュー



画像はイメージです

今週のメニュー (5/5~5/11)

- 鶏肉の香草チーズパン粉焼き
- 春野菜のナムル
- カレースープ
- フルーツ

※米飯量は100g 150g 200g
よりお選びください

※ごはんは白米又は雑穀米の
選択ができます

【1食（米飯150g含む）の栄養量】

エネルギー	579kcal	蛋白質	27.2g
炭水化物	86.9g	脂質	17.1g
食物繊維	8.1g	塩分	2.5g

850円

今週のおすすめポイント!!

- 鶏肉はチーズやバジルなどの香草を効かせて減塩!
- スープはカレーの香辛料で塩分控えめでも
おいしく!