

森山病院管理栄養士監修

6/8~6/14

想いやりランチ



画像はイメージです

【1食（米飯150gを含む）の栄養量】

エネルギー	575kcal	蛋白質	24.7g
炭水化物	85.3g	脂質	17.6g
食物繊維	8.9g	塩分	2.4g

6/8~6/14の
メニュー

- 豚肉と野菜のカレー炒め
- 豆腐サラダ
- 味噌汁
- 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

850円

今週のおすすめポイント！！

- カレー炒めは香辛料を効かせて減塩でもおいしく食べられます！
- カレー粉には食欲増進作用があるので、夏の暑さで食欲がなくなっているときにもおすすめ！