

# 山形市SUKSK(スクスク)メニュー認定

## SUKSK 減塩野菜炒め定食



### 栄養成分表示

(1食当り)

◎小鉢・汁の内容によって変動があります。

エネルギー 658 kcal

たんぱく質 20.6 g

脂質 25.9 g

炭水化物 96.1 g

食塩相当量 3.3 g

◎ 1食で野菜 365g



季節によって材料が変わることがあります。

## 提供店「県庁食堂1階食堂」

ランチ定食として、主食・主菜・副菜がそろい、1日分の野菜がとれるメニューになっています。主菜は肉でたんぱく質がとれ、副菜の汁・小鉢は日替わりメニューです。多くの野菜から食物繊維やビタミン類もとれます。

山形市

山形県栄養士会監修 令和5年11月作成