

山形市SUKSK(スクスク)メニュー認定

ランチバイキングメニュー

3種類のメニューを選んで 野菜たっぷり



冷や汁 野菜 30 g



サラダ 野菜 53 g



回鍋肉 野菜 27 g

季節によって材料が変わることがあります。

栄養成分表示

(3種類3皿を選んだ場合)

エネルギー 169 kcal

たんぱく質 6.8 g

脂質 9.7 g

炭水化物 13.9 g

食塩相当量 1.9 g

提供店 「山形国際ホテル」

バイキングでは、メニューを3種類選択することで110gの野菜がとれます。地産地消に配慮した味付けの異なる1皿を組み合わせれば、ビタミン、ミネラル、食物繊維も摂取出来ます。

山形市

山形県栄養士会監修 令和2年10月作成