

# 山形市SUKSK(スクスク)メニュー認定 炒め野菜みそラーメン



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 (1食当り)

|         |          |
|---------|----------|
| エネルギー   | 763 kcal |
| たんぱく質   | 34.3 g   |
| 脂 質     | 10.6 g   |
| 炭 水 化 物 | 130.2g   |
| 食塩相当量   | 5.7 g    |

## 提 供 店 「ぱっぷや霞城セントラル店」

◎ 1食で野菜 480g

野菜をたっぷり使っていますので、たんぱく質とビタミン、ミネラル、食物繊維がとれます。  
肉玉が入り、みそスープで食材をまるごと味わえますが、汁は控えめにいただきましょう。

山 形 市

山形県栄養士会監修 令和3年11月作成

# 山形市SUKSK(スクスク)メニュー認定 肉野菜炒め定食



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 (1食当り)

|         |           |
|---------|-----------|
| エネルギー   | 1055 kcal |
| たんぱく質   | 37.4 g    |
| 脂 質     | 41.5 g    |
| 炭 水 化 物 | 128.3g    |
| 食塩相当量   | 5.5 g     |

## 提 供 店 「ぱっぷや霞城セントラル店」

◎ 1食で野菜 470g

野菜をたっぷり使っていますので、たんぱく質とビタミン、ミネラル、食物繊維がとれます。  
主食量は選ぶことができるので、エネルギー量に合わせて調整してはいかがでしょうか。

山 形 市

山形県栄養士会監修 令和3年11月作成