

山形市SUKSK(スクスク)メニュー認定 肉野菜炒め定食



提供価格
920 円 (税込)



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

◎ 1食で野菜 470g

提供店 「ぱっぷや霞城セントラル店」

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1月作成

山形市SUKSK(スクスク)メニュー認定 炒め野菜みそラーメン



提供価格
920 円 (税込)



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、汁は控えめにいたしましょう。

山形市

山形県栄養士会監修 令和3年11月作成