



七夕行事食

減塩食



エネルギー645kcal、蛋白質 19.5g、脂質 15.8g、炭水化物 103.0g、食塩 2.9g

～おしながき～

- ・ちらし寿司（干し桜海老、椎茸、錦糸卵、さくらでんぶ、きざみのり）
- ・盛り合わせ（星型ハンバーグ、星型人参グラッセ、フライドポテト）
- ・そうめん
- ・茄子とみょうがの煮物
- ・メロンのロールケーキ



減塩食は、盛り合わせのケチャップを使用せず、
そうめんのつゆを減塩つゆに。
また茄子とみょうがの煮物はだしを減らし減塩醤油に
変えることで 1.1g の塩分を減らしました。

