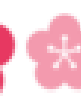




減塩食



エネルギー514kcal、蛋白質 20.9g、脂質 7.2g、炭水化物 92.2g、塩分 2.6g



メニュー

巻き寿司

(厚焼き卵、かにかま、胡瓜、椎茸)

いわしハンバーグ

春菊のおかか和え

茶碗蒸し(ゆず入り)

卵ボーロ



減塩食は、

茶碗蒸しの量を減らしたり、

和え物のしょうゆを

減塩しょうゆに変えることで

塩分を減らしました。

