

こかげの森

三つ星ヘルシーランチ店として登録されたメニューは次のとおりです。

こかげランチ（月替わり）

飲み物・スイーツ付

- 車麩カツごまソース
- かぶのグリルトマトソース
- 白菜としめじの中華風クリーム煮
- 切り干し大根とわかめの二杯酢
- 青菜と豆腐の炒め煮
- 根菜イタリア風黒ごま煮
- 菜の花辛子和え
- 三色豆ごはん
- サラダ
- お味噌汁



栄養価

- エネルギー 530kca (ごはん140g)
- たんぱく質 18.5g
- 脂質 13.7g
- 塩分 3.7g
- 脂質エネルギー比 23.3%
- 野菜使用量 約270g

値段

¥1,700円

