

からすがれいのつけ焼き



脂ののったからすがれいを魚焼きグリルでじっくり焼いています。

エネルギー	722kcal
たんぱく質	24.5 g
脂質	20.7 g
炭水化物	101.3 g
食塩相当量	3.4 g
野菜重量等	149 g

キママニ食堂



栄養バランスを考えて
「しっかり」食べたい
男性や女性の方むけ

豚の生姜焼き定食



しょうがをきかせさっぱりとした味付けに仕上げています。

エネルギー	807kcal
たんぱく質	36.1 g
脂質	25.2 g
炭水化物	101.3 g
食塩相当量	2.9 g
野菜重量等	179 g



※食材の違いにより、栄養価が変わることがありますが、基準内に収まるように工夫されています。