

わたしの街のえらべる食堂

ちゅうごくさいあん 鳴
中国菜庵



「わたしの街のえらべる食堂」は、栄養バランスのよいメニューがあり、健康的な食のサービスを利用できる区が認定している飲食店です。

🎗️ バランスメニューを提供しています

(主食・主菜・副菜が1食の量として適量含まれるメニュー)



◎ 五目あんかけご飯

900円



エネルギー	656kcal
たんぱく質	18.0g
脂質	19.9g
炭水化物	96.7g
食塩相当量	3.5g

◎ 八宝菜とライス

1240円



エネルギー	689kcal
たんぱく質	20.8g
脂質	20.6g
炭水化物	102.5g
食塩相当量	2.8g

※1日に必要なエネルギーと栄養素の目安は、葛飾区HP「栄養成分表示を活用しよう」をご覧ください。



🎗️ 健康的な食のサービスを利用できます

野菜を
とりたい方

- ・野菜たっぷりメニュー（野菜200g以上使用）を選べる
- ・野菜メニュー（野菜70g以上使用）を選べる

エネルギーを
控えたい方

- ・主食の量を減らせる

塩分を
控えたい方

- ・薄味で注文できる



お店からの一言メッセージ

独自の調理法で中華特有の油っこさをなくした、皆様に安心して食べて頂ける中華料理です。

住所……………堀切4-51-10
電話……………03-3838-0864
営業時間…11時～14時30分 (L.O.14時)
 17時～21時30分 (L.O.21時)
定休日………火曜日



● かつしかの元気食堂に関する問い合わせ先 葛飾区健康部健康づくり課 ☎03-3602-1268

● かつしかの元気食堂について、詳しくは
葛飾区HP「「かつしかの元気食堂」推進事業」をご覧ください。



葛飾区



令和5年11月