

えびす亭

てい



「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)

レバニラ炒め (680円) + ごはん



(レバニラ炒めのみ)

エネルギー	244kcal
たんぱく質	22.4g
脂質	9.5g
炭水化物	17.2g
食塩相当量	1.7g

タンメン (780円)



エネルギー	501kcal
たんぱく質	22.7g
脂質	6.9g
炭水化物	84.0g
食塩相当量	7.4g

スーラータンメン (880円)

エネルギー	847kcal
たんぱく質	35.3g
脂質	34.6g
炭水化物	89.3g
食塩相当量	7.9g

生姜焼き (750円)

+ごはん

※ 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。



● 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4年11月



野菜メニューを提供しています

プラス一皿の野菜（70g以上使用）メニュー

豚肉と野菜炒め レバニラ炒め 麻婆豆腐

野菜たっぷり（200g以上使用）メニュー

五目そば 広東麺
味噌ラーメン もやしそば



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	<ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> 主食の量を減らせる ミニサイズ料理を選べる
塩分を 控えたい方	<ul style="list-style-type: none"> 薄味で注文できる

お店からの一言メッセージ

体に必要な栄養素を多く取り入れたスープに仕上げた、人々の健康に貢献するお店です。薬膳野菜スープもごぞいます。

住所 宝町2-34-28
 電話 080-6712-0979
 営業時間 11時～14時30分 17時～20時
 バランスメニュー
 提供時間 11時～14時30分 17時～20時
 定休日 木曜日

