

# わたしの街のえらべる食堂

しゅん ていしょく やとや  
**旬の定食 八十八**



「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)

### 鶏肉のから揚げみぞれ揚げ

880円

|       |         |
|-------|---------|
| エネルギー | 939kcal |
| たんぱく質 | 33.5g   |
| 脂質    | 42.1g   |
| 炭水化物  | 97.5g   |
| 食塩相当量 | 5.9g    |



※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

エネルギーを  
控えたい方

・主食の量を減らせる

### お店からの一言メッセージ

軟水使用で手作りの味・おふくろの味で定食・弁当・惣菜を提供。ご飯もふっくらとおいしい。

住所……………立石5-15-19  
電話……………03-5671-0882  
営業時間……………11時15分～14時  
バランスメニュー提供時間……………11時15分～14時  
定休日……………土曜日、日曜日、祝日



●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4年12月