

わたしの街のえらべる食堂

ファミリー亭^{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)

野菜炒め定食

850円

ニラ玉定食

800円

塩タンメン

800円

※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

・ミニサイズ料理を選べる
(例) ランチタイム (1/2サイズ)
ミニ辛ねぎチャーシュー丼 ミニ豚丼
麺類 半盛り (0.5玉)

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

野菜をたくさん使ったおいしいお料理をご用意しています。

住所…………… 四つ木4-30-29
電話…………… 03-3694-0282
営業時間…………… 11時00分～22時00分
バランスメニュー提供時間 …… 営業時間と同じ
定休日 …… 水曜日



●かつしかの元気食堂に関する問い合わせ先 葛飾区健康部健康推進課 ☎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。



令和7年6月

