

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)

鶏肉の唐揚げ みぞれ和え

935円 (税込み)

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



幕の内弁当

1045円 (税込み)

エネルギー 906kcal
たんぱく質 30.6g
脂質 30.9g
炭水化物 118.0g
食塩相当量 5.2g

※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 (例) ごはん 通常230g 360kcal
半量160g 250kcal

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10月

葛飾区

