

第2弾!! そうじゃ!ヘルシーメニュー認定第5号

牛タン・豚上ロースしゃぶコース

ひとり鍋しゃぶしゃぶ り山

4つ星★★★★☆

「野菜たっぷりヘルシーメニュー」



野菜たっぷり バランスばっちり 店独自の取り組み 塩分控えめ



メニューの内容

- ◆牛タン・豚上ロースしゃぶ
- ◆季節の野菜
- ◆赤米ごはん (中)
- ◆浅漬け
- ◆アイス
- ◆たれ3種

定価 2,650円 (税抜)

エネルギー	807kcal
たんぱく質	29.7g
脂質	30.4g
炭水化物	100.0g
食塩相当量	2.5g

おいしいヘルシーポイント



野菜がなんと**10種以上 245g (3.5皿分)**も入っています!この量は、**1日に摂りたい野菜量 350g (5皿分) の7割**に相当!

ヘルシーメニューを食べた日は、野菜 350gは目前!



地元食材でおいしく、ちょっと贅沢なコースは**主食・主菜・副菜のバランス**もばっちり。



総社や近郊の新鮮な野菜をはじめ、厳選された食材を使用。安全にお客様に食べていただきたいという店の思いが詰まっています。特製胡麻ダレのごまを擂潰機ですりつぶしている風景が見えるのもさすが。ごはんの量は調整でき、麺類に変更することもできます。



3種類のこだわりのタレから選べるからうれしい!
※最初のタレを全部使用したとしても、**塩分 2.5g!**
(主食がごはん、タレを足さない場合)