



「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)



エネルギー	703kcal
たんぱく質	28.8g
脂質	32.0g
炭水化物	75.7g
食塩相当量	3.5g

🎗️ 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
(ご飯の通常量は150g 230kcal (目安量))
- ・主食の種類を選べる (白米 or 十穀米)

お店からの一言メッセージ

塩分控えめ、豆腐入りの手作りハンバーグ。
季節のハンバーグは旬の食材たっぷり。

住所 新小岩1-49-2 古谷ビル3階
電話 03-5879-4435
営業時間 11:30~15:00
定休日 土曜、日曜、祝日

