

最上総合支庁オリジナル

食塩  
2.3g

第3弾

おいしい

# 適塩ランチ

野菜使用量 **190g**

(1日の目標量の半分以上)  
野菜は1日350g食べましょう



栄養成分表示(1人分)

エネルギー 658kcal

たんぱく質 22.1g

脂質 22.6g

炭水化物 102.4g

食塩相当量 2.3g

(推定値)

※画像はイメージです。  
実際と異なることがあります。

## MENU

🍚 ごはん

🍄 きのこと豚肉のトマト煮

🍆 炒め野菜のみそ汁

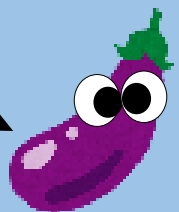
🥒 さつまいもサラダ

🍏 フルーツ

**6000円**

(税込み)

食塩控えめでも  
おいしいランチを  
お試しください。



令和5年 **10月19日(木)** 11:30~14:00

最上総合支庁食堂 食事処 千起 新庄市金沢字大道上2034



企画・問合せ先 山形県最上総合支庁(最上保健所) 地域健康福祉課 TEL0233-29-1267