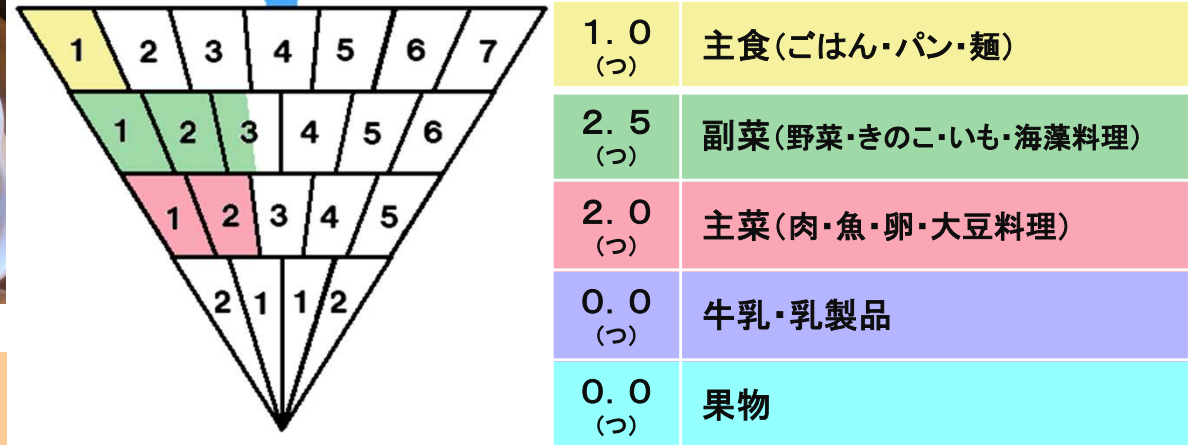


# 健康づくり推進店 ≪ Kanoka ≫

## 食事バランスガイド



“このメニューのサービング数(つ)”



### 週替りランチ 焼きビーフン

※1日3回の食事で、上のコマが完成するように食べましょう！



**野菜は毎食たっぷりとりましょう！**  
**1日にとりたい野菜の目標は成人で350g以上です。**

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	野菜量
608kcal	23.1g	35.0g	53.5g	4.9g	153g

※セットドリンクの栄養価は含まれていません