

# The healthy lunch

からだの中から  
きれいになろう！



## 本日は スマートランチ

- ★桜海老ごはん
- ★鱈の塩焼き
- ★炊き合わせ
- ★春野菜の天ぷら
- ★菜の花の白和え

**551kcal 塩分 3.0g**

炭水化物エネルギー比率 **56%**

たんぱく質エネルギー比率 **17%**

**¥660**



+¥30でコーヒー  
または紅茶付き！

