

# 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

★雑穀ごはん

★京風仕込みおでん

★彩り温野菜サラダ

★春菊とかぶのじゃこ和え

**532kcal 塩分 2.4g**

炭水化物エネルギー比率 **59%**

たんぱく質エネルギー比率 **21%**

**¥660**



+¥30でコーヒー  
または紅茶付き！

