

# 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

★海鮮中華丼

★蒸し鶏のサラダ

★たたき胡瓜のピリ辛和え

★はちみつレモンかん

¥750



+ ¥100でコーヒー  
または紅茶付き！

503kcal 塩分 2.9g

炭水化物エネルギー比率 65%  
たんぱく質エネルギー比率 20%  
脂肪エネルギー比率 15%

