

3

のポイント!

1

650kcal
~850kcal

2

塩分
少なめ
3.5g未満

3

野菜
たっぷり
140g以上

すこやか
ごはん

しっかり

「すこやかごはん」は健康寿命の延伸を目指した、
見て楽しく栄養バランスの優れたプレートランチです。
野菜がたっぷり摂れてボリューム感もあります。
毎日の食事で健康な心と体を作りましょう。

