

瀬戸風味「花水月」・秋桜



2,160 円(税込) 食の健康

ステーション

イチオシ！！

秋穂湾を望むベイサイドに立地。秋穂の「海の幸」と地元野菜にこだわった、地元で多くのファンをもつ「秋桜コース」でエントリー。海の幸を、絶景を愛でつつご賞味下さい。



イチオシ

742kcal

【健康 1 ロメモ】
一般的な成人の摂取エネルギー量の目安は、だいたい1800kcal～2200kcal前後です。性別・年齢によって異なります。

主食・主菜・副菜

主食: ご飯、めん
主菜: たい、かんぱち、はも 等
副菜: だいこん、れんこん、なす、そうめんかぼちゃ 等

エネルギー
バランス

野菜

野菜153g

- ・だいこん
- ・れんこん
- ・なす
- ・そうめんかぼちゃ
- ・えだまめ
- ・スイートコーン
- ・たまねぎ など

【健康 1 ロメモ】
野菜の摂取量は1日350gが望ましいと言われています。このメニューであれば、1/3以上を摂取できることになります。

店舗
情報

店舗情報

- 住所
山口市秋穂東 5287-1
- 連絡先
TEL083-984-2090
HP:<http://www.hanamizuki.jp>
Mail:info@hanamizuki.jp
- 定休日
毎週月曜日
- 営業時間:
11時～21時
※14時～17時は休憩
※メニュー提供時間は、11時～14時
- 駐車場
15台

「食」の健康ステーションについて(山口商工会議所)TEL083-925-2300