

山ログランドホテル 日本料理「雅」: にぎり寿司御膳



2,000 円(税込) 食の健康
ステーション

イチオシ!!

新山口新幹線口に立地。和・洋・中華の各種レストランの中で、和食の「にぎり寿司御膳」でのエントリー。定評のある和食の醍醐味を生かしつつ、野菜にもこだわったメニューとなりました。



イチオシ

750kcal

【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
主菜: まぐろ、あなご、えび 等
副菜: こまつな、トマト、かぼちゃ、
とうがらし、なす 等

エネ
ルギー
バランス

野菜

野菜 153g

- ・こまつな
- ・トマト
- ・かぼちゃ
- ・とうがらし
- ・なす
- ・しょうが
- ・シタス など

【健康 1 ロメモ】
野菜の摂取量は 1 日 350g が望ましいとされています。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
山口市小郡黄金町 1-1
- 連絡先
TEL 083-972-7777
HP: http://www.ygh.co.jp/restaurants/miyami_index.php
Mail: infob@ygh.co.jp
- 営業時間:
11 時 ~ 14 時
17 時 ~ 22 時
- 駐車場
120 台 (サービス券有)

「食」の健康ステーションについて(山口商工会議所) TEL 083-925-2300