

活鮮回転「すしの花子 新山口店」: 季節の健康ランチ



1,242 円(税込)

食の健康
ステーション

イチオシ！！

小郡上郷地区スーパー「まるき」敷地内に立地。三方の海から仕入る鮮魚を中心に、「季節の健康握り寿司セット」でエントリー。煮物、お吸い物、サラダ、デザートと野菜をふんだんに使用したメニューです。



イチオシ

エネ
ルギー
バランス

733kcal

【健康 1 ロ×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、いか、えび 等
副菜: かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、レタス、トマト 等

野菜

店舗
情報

野菜153g

- ・かぼちゃ
- ・キャベツ
- ・きゅうり
- ・レタス
- ・トマト
- ・にんじん
- ・ピーマン など

【健康 1 ロ×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

- 住所
山口市小郡新町6丁目3-16
- 連絡先
TEL083-972-8010
HP:<http://susihana.com>
Mail:ogo-ri@susihana.com
- 定休日
毎週火曜日
- 営業時間:
11時～22時
※15時～17時は休憩
- 駐車場
20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