

「カフェ&ダイニングふかの」： 健康豆腐ハンバーグ定食



700円(税込) 食の健康
ステーション

イチオシ！！

サンパーク阿知須内の定食主体のカフェです。豆腐入りのハンバーグをメインに、副菜には野菜をたっぷり使用したメニューです。メニューも多く、サンパーク阿知須にお出かけの歳には、是非お立ち寄り下さいませ。



イチオシ

616kcal

【健康1口メモ】
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：牛ひき肉、豚ひき肉 等
副菜：キャベツ、だいこん、ごぼう、にんじん、きゅうり 等

エネ
ルギー
バランス

野菜

店舗
情報

野菜204g

- ・キャベツ
- ・だいこん
- ・ごぼう
- ・にんじん
- ・きゅうり
- ・れんこん
- ・たまねぎ など

【健康1口メモ】
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、1/2以上を摂取できることになります。

店舗情報

- 住所
山口市阿知須4825番地1
サンパークあじす内
- 連絡先
TEL0836-66-0181
- 定休日
なし
- 営業時間：
10時～21時
※メニュー提供は11時から、14時から禁煙となります