

SHIRO46(シロヨンロク): ごはんプレート



※週替りメニュー

1,080 円(税込)

食の健康
ステーション

イチオシ!!

維新公園から平川に向かって、ふしの川沿いに立地。ケーキショップとおしゃれな小物のお店とコラボしています。ごはん、パスタ等のプレートランチと、健康に配慮した独自のカフェメニューもあわせてお召し上がり下さい。



イチオシ

743kcal

【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: 豚ひき肉、牛ひき肉 等
副菜: かぼちゃ、たまねぎ、レタス、にんじん 等

エ
ネ
ル
ギ
ー
バ
ラ
ン
ス

野菜

店
舗
情
報

野菜166g

- ・かぼちゃ
- ・たまねぎ
- ・レタス
- ・にんじん
- ・フロッキー
- ・たまねぎ
- ・きゅうり 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

- 住所
山口市維新公園3丁目6-50
- 連絡先
TEL083-923-9320
HP:<http://nichinichi-shiro46.com/>
Mail:shiro46@white.plala.or.jp
- 定休日
毎週火曜日
- 営業時間:
11時~19時
(※メニュー提供は18時30分まで)
- 駐車場
16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