

# カフェキアッケラ:若鶏ラグーと キャベツのペンネセット



1,200 円(税込) 食の健康  
ステーション

## イチオシ!!

山口中心商店街、西京橋の近くに立地。イタリアン中心のメニューで、デザート類も充実、今回の健康メニューも、パスタ、サラダ、デザートが一体となったメニューとなっております。



イチオシ

## 706kcal

【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・年齢によって異なってきます。

## 主食・主菜・副菜

主食:マカロニ  
主菜:鶏むね肉、ハム  
副菜:スッキーニ、キャベツ、たまねぎ、レタス 等

エネ  
ルギー  
バランス

野菜

店舗  
情報

## 野菜158g

- ・スッキーニ
- ・キャベツ
- ・たまねぎ
- ・レタス
- ・みずかけな
- ・トマト
- ・にんにく 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おります。このメニューであれば、1/3以上を摂取できることとなります。

## 店舗情報

- 住所  
山口市中央 1-6-11
- 連絡先  
TEL083-920-8335  
HP:<http://ameblo.jp/chiacchiera>  
Mail:[chiacchiera@juno.ocn.ne.jp](mailto:chiacchiera@juno.ocn.ne.jp)
- 定休日 毎週水曜日
- 営業時間:  
11時~17時30分  
※金・土は20時まで  
※メニュー提供時間は、11時~14時30分
- 駐車場 なし