

最上総合支庁オリジナル 第2弾 おいしい適塩ランチ

食塩控えめでもおいしいランチをお試しください♪

令和5年7月19日(水) 11:30~14:00

最上総合支庁食堂 食事処 千起 新庄市金沢字大道上2034



食塩無添加のうどんを特別に製造していただきました。
【協力:庄司製麺(真室川町)】

食塩 2.0g

野菜 180g
(1日の目標量の1/2)

1日の目標
食塩摂取量

男性 7.5g未満

女性 6.5g未満

野菜は1日350g
食べましょう!



※画像はイメージです。
実際と異なることがあります。

600円
(税込み)



MENU

サラダうどん * かぼちゃのクリーミー和え * バナナ

栄養成分表示(推定値)

*エネルギー 619kcal

*たんぱく質 20.6g

*脂質 17.1g

*炭水化物 103.0g

*食塩相当量 2.0g



【サラダうどんの作り方動画】

県公式やまがたChannellにて
公開中です。
ぜひご覧ください!