

カフェ うみか

三つ星ヘルシーランチ店として登録されたメニューは次のとおりです。

野菜をたっぷり使った週替わりランチ

(ある日のメニュー内容)

- ごはん、味噌汁、漬物
- スパニッシュオムレツ
- アスパラ鶏つくね
- 豚肉の竜田揚げ
- 新玉ねぎのピザ風チーズ焼き
- ハーブ入りコールスロー
- ハニーキャロットラペ



栄養価 (平均値)

- エネルギー 665kcal
- たんぱく質 30.6g
- 脂質 21.0g
- 塩分 2.9g
- 脂肪エネルギー比 28.5%
- ごはんの量 160g
- 野菜使用量 180g



値段

¥1000

