ゆで豚肉のごまだれ定食

お品書き

主食　金芽ロウカット玄米
主菜　ゆで豚肉のごまだれ
副菜　もずくの和え物
汁物　きのこスープ
デザート　柿とサツマイモのマッシュ

〈1食分の栄養価〉

エネルギー：	623kcal
たんぱく質：	24.7g
脂質：	17.7g
食物繊維：	12.5g
塩分相当量：	1.9ｇ

沖縄市