



瀬戸内市地産地消ヘルシーメニュー認定

ミックスフライランチ

- ごはん
- ミックスフライ
- ハモの湯引き
- 野菜ソテー
- ポテトサラダ
- かぼちゃのスープ
- フルーツヨーグルト

地元食材15品

野菜の量230g / 食塩相当量 2.5g / エネルギー980kcal

-料理のセールスポイント-

地元産野菜をふんだんに使用し、揚げ物も海老以外は岡山県産・地元産にこだわっています。

<コメント>

1日にとりたい野菜量の2/3がとれる野菜たっぷりメニューです。瀬戸内市産の野菜と魚がなんと15品。地元産にこだわっています。

メニュー提供店

ハーバーキッチン

瀬戸内市牛窓町牛窓 5414-7
TEL 090-1018-1700

瀬戸内市地産地消ヘルシータウン推進事業

お問合せ：瀬戸内市保健福祉部健康づくり推進課

TEL (0869) -26-5962 FAX (0869) -26-8002