

## 表示例(タイプA)

### ハンバーグランチセット Hamburg Lunch Set



- ◎ハンバーグ
- ◎付け合わせ野菜
- ◎ごはん
- ◎コンソメスープ
- ◎サラダ

エネルギー	671kcal
たんぱく質	25.5 g
脂質	25.6 g
炭水化物	80.7 g
食塩	3.7 g

主食：ごはん（2つ）  
副菜：付け合わせ野菜（2つ）  
          サラダ（2つ）計4つ  
主菜：ハンバーグ（2つ）



#### ◎おばあのワンポイントアドバイス◎

次の食事では脂質は控えめにして、果物や乳製品を組み合わせましょう。

