

2018年2月9日（金）～2月28日（水）

## 第7回えどがわおいしいメニューグランプリ入賞メニュー

江戸川区食育推進連絡会と江戸川区実施の「第7回えどがわおいしいメニューグランプリ」におきまして、2000件以上の応募の中から選ばれた入賞メニューの中から2つのメニューをご用意させていただきました。江戸川区内の小学生、中学生が考案致しました塩分控えめで野菜たっぷりなメニューとなっておりますので、是非この機会にお召し上がり下さいませ。



たらの  
カレー風味南ばん  
(ご飯・味噌汁・漬物付き) **980円**

主な食材  
たら・カレー粉・ピーマン  
たまねぎ・にんじん・赤パプリカ

**小麦** エネルギー798Kcal  
塩分 3.9g 炭水化物 105.6g  
タンパク質 28.7g 脂質 26.4g  
(ご飯・味噌汁・漬物含む)

メニューカードに記載されている料理の分量を変更しているため、エネルギー量も異なります。

鶏肉と野菜の  
焼きサラダ風  
(ご飯・味噌汁・漬物付き) **950円**

主な食材  
鶏もも肉・たまねぎ・じゃがいも  
にんじん・ピーマン・赤パプリカ

**小麦** エネルギー809Kcal  
塩分 4.4g 炭水化物 97.3g  
タンパク質 30.2g 脂質 30.3g  
(ご飯・味噌汁・漬物含む)

メニューカードに記載されている料理の分量を変更しているため、エネルギー量も異なります。



江戸川区中央 4-14-1 江戸川区総合文化センター3F

TEL 03-3653-2935

お食事喫茶  
**百花百兆**  
hyakka hyakucho