



プレスリリース

広島県府中市 情報提供

令和5年9月1日（金曜）

健康推進課

電話 0847-47-1310

食 navi レストランこもれび

## 令和5年9月のメニュー決定！！

府中市民病院の中にある食育推進レストラン「食 navi レストランこもれび」  
管理栄養士が考えた健康定食が食べられます。

野菜 100g 以上使用した、ヘルシーな健康定食。  
低カロリーで脱メタボのスマート定食、高タンパクで健康長寿のプラチナ定食、  
ともに 600 円。

今月のおすすめは、「マイタケの肉巻き照り焼き定食」です。  
秋らしくきのこを使用し、甘辛く味付けしてあり、ごはんが進む一品です。

# LUNCH MENU

am | 1:00~pm2:30

9月

## 低カロリーで脱メタボ スマート定食 600円

9月4日~8日

9月11日~15日

9月19日~22日

(学校給食メニュー)

9月25日~29日



白身魚の  
きのこあんかけ定食  
483キロカロリー  
食塩相当量:3.0g



魚のムニエル  
焦がしバターしょうゆ定食  
489キロカロリー  
食塩相当量:2.6g



麻婆なす定食  
512キロカロリー  
食塩相当量:3.0g



よだれ鶏定食  
528キロカロリー  
食塩相当量:2.6g

## 高タンパクで健康長寿 プラチナ定食 600円

9月4日~8日

9月11日~15日

9月19日~22日

9月25日~29日

(骨元気メニュー)



レンコン入り  
ハンバーグ定食  
646キロカロリー  
食塩相当量:3.0g



マイタケの  
肉巻き照り焼き定食  
628キロカロリー  
食塩相当量:2.9g



鯖のネギ味噌焼き定食  
619キロカロリー  
食塩相当量:2.6g



鮭の  
ちゃんちゃん焼き定食  
661キロカロリー  
食塩相当量:2.8g  
(写真はイメージです)

食Naviレストラン **こもれび**

府中市鵜飼町555-3 府中市民病院内1階

TEL 0847-45-8412

【営業時間】 9:30~16:30

(ランチタイム 11:00~14:30)

【定休日】 土日祝

\*こもれびは、府中産米を使用して地産地消を推進しています\*

