



広島県府中市 情報提供
令和5年10月27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11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、「豆腐ハンバーグ定食」です。
いろいろな具材が入っており、ヘルシーで、さっぱりと食べられる一品です。

LUNCH MENU

am 11:00~pm 2:30

11月

低カロリーで脱メタボ スマート定食 600円

10月30日~11月2日

11月6日~10日

11月13日~17日

(学校給食メニュー)

11月20日~22日

11月27日~12月1日



鯖のカレーソテー定食
531キロカロリー
食塩相当量:2.6g



白身魚の磯辺焼き定食
544キロカロリー
食塩相当量:3.0g



鮭の西京焼き定食
495キロカロリー
食塩相当量:2.5g



ごぼうと牛肉の
甘辛炒め定食
537キロカロリー
食塩相当量:3.0g



ポークケチャップ定食
508キロカロリー
食塩相当量:2.4g

高タンパクで健康長寿 プラチナ定食 600円

10月30日~11月2日

11月6日~10日

11月13日~17日

(骨元気メニュー)

11月20日~22日

11月27日~12月1日



鶏肉の甘酢炒め定食
605キロカロリー
食塩相当量:2.4g



豆腐ハンバーグ定食
681キロカロリー
食塩相当量:2.8g



豚肉の
塩麹味噌焼き定食
657キロカロリー
食塩相当量:2.6g



鯖の
野菜あんかけ定食
650キロカロリー
食塩相当量:2.9g



ぶりの幽庵焼き定食
613キロカロリー
食塩相当量:2.5g

(写真はイメージです)

※24日はお休みです。

食Naviレストラン **こもれび**

府中市鶉飼町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

