



広島県府中市 情報提供
令和5年11月29日(水曜)
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12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、「豚肉の味噌炒め定食」です。
一皿で野菜 100g 以上摂れるメニューとなっていて、野菜不足の方におすすめです。

LUNCH MENU

am | 1:00~pm2:30

12月

低カロリーで脱メタボ スマート定食 600円

12月4日~8日

12月11日~15日

12月18日~22日

12月25日~27日

(学校給食メニュー)



豚肉の味噌炒め定食
498キロカロリー
食塩相当量:2.7g



鯖の竜田焼き定食
532キロカロリー
食塩相当量:2.8g



八宝菜定食
501キロカロリー
食塩相当量:3.0g



チキンのトマトソース定食
550キロカロリー
食塩相当量:2.9g

高タンパクで健康長寿 プラチナ定食 600円

12月4日~8日

12月11日~15日

12月18日~22日

12月25日~27日

(骨元気メニュー)



鯖の塩麹焼き定食
582キロカロリー
食塩相当量:2.5g



豚の照り焼き
おろしのせ定食
611キロカロリー
食塩相当量:2.8g



鮭のフライ風
タルタルソース定食
623キロカロリー
食塩相当量:2.7g



マカロニグラタン定食
574キロカロリー
食塩相当量:3.0g

(写真はイメージです)

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

