



プレスリリース

広島県府中市 情報提供
令和6年3月29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6年4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、「春野菜入り豆腐ハンバーグ定食」です。
こちらのメニューは、カルシウムやビタミンDなど骨にとって大切な栄養素をしっかり摂れる
『骨元気メニュー』となっています。ぜひ、食べに来てみてください。



LUNCH MENU



am11:30~pm14:30

低カロリーで脱メタボ
スマート定食 600円

4月

高タンパクで健康長寿
プラチナ定食 600円



1日(月)~5日(金)
鮭と春キャベツの
ちゃんちゃん焼き
定食
591キロカロリー
食塩相当量: 2.9g



1日(月)~5日(金)
牛肉とごぼうの
柔らか煮定食
656キロカロリー
食塩相当量: 2.5g



8日(月)~12日(金)
豚肉とわさびしょうゆ
焼き定食
567キロカロリー
食塩相当量: 2.8g



8日(月)~12日(金)
白身魚の
ごまみそ焼き定食
659キロカロリー
食塩相当量: 2.6g



◆学校給食メニュー
15日(月)~19日(金)
五目ビーフン定食
546キロカロリー
食塩相当量: 2.9g



15日(月)~19日(金)
鯖の蒲焼き定食
606キロカロリー
食塩相当量: 2.6g



22日(月)~26日(金)
赤魚の竜田焼き定食
525キロカロリー
食塩相当量: 2.6g



◆骨元気メニュー
22日(月)~26日(金)
春野菜入り豆腐
ハンバーグ定食
657キロカロリー
食塩相当量: 2.5g
カルシウム: 244mg



30日(火)~5月2日(木)
鶏胸肉の胡麻酢かけ
定食
582キロカロリー
食塩相当量: 2.5g



30日(火)~5月2日(木)
魚のムニエル
カレー風味焼き定食
679キロカロリー
食塩相当量2.8g

食Naviレストラン こもれび

【営業時間】 9:30~16:30

(ランチタイム 11:00~14:30)

【定休日】 土日祝

府中市鷺飼町555-3 府中市民病院内1階

TEL 0847-45-8412 ♡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♡



骨元気メニューとは

骨の元気の素、カルシウム
ビタミンDが、摂れる
メニューです。

