

# 那覇市健康づくり協力店 認証メニュー

ヘルシーサービス：  
味付けを薄味に調整できます。（汁物等）

## 豚汁定食



エネルギー：739kcal  
脂質：25.9g  
塩分：2.8g  
野菜量：156g  
カルシウム：233mg

## 玄米ご飯定食



エネルギー：603kcal  
脂質：15.0g  
塩分：3.3g  
カルシウム：217mg  
鉄分：5.1mg

## アーサ汁定食



エネルギー：503kcal  
脂質：10.9g  
塩分：5.0g