

# 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：  
ごはんの量、ゆし豆腐の量を調整できる。

ゆし豆腐セット



エネルギー：449kcal  
脂質：11.4g  
塩分：2.8g  
鉄分：10.4mg

そばセット(小)



エネルギー：696kcal  
脂質：19.9g  
塩分：4.7g  
野菜量：129g  
鉄分：5.0mg  
カルシウム：221mg