

# 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：  
ごはんの量を減らす。漬物を除く。ノンオイルドレッシングへ変更。

## タコライスサラダセット



エネルギー：641kcal  
脂質：18.5g  
塩分：2.6g  
野菜量：190g  
カルシウム：234mg

## サクナそばセット



エネルギー：646kcal  
脂質：16.7g  
塩分：5.0g  
野菜量：138g