

allegro assai

ご予約・お問合せはこちら
静岡市清水区草薙 1-8-20 さかえビル 2F
☎ 054-348-9000



おすすめ



【土日祝ランチ 10 食限定（平日ディナー前日予約）】 和風ハンバーグ スマートセット

Japanese-style Hamburger Steak: Smart Set

¥1,480 (税込)

※価格は令和 6 年 9 月 12 日現在のものです。

和風おろしグリルハンバーグ
Grilled hamburger steak with grated radish

サラダ・スープ
Salad and Soup

おからと豆乳を使用！

ライス
Rice

ドリンク(オレンジジュース)
Orange juice

*他のドリンク or アイスもお選びいただけます (スマートミールの基準をわずかに外れる可能性があります)

エネルギー：809kcal たんぱく質：26.2g 脂質：26.9g 飽和脂肪酸：9.7g
炭水化物：119.2g 食塩相当量：3.4g 野菜等重量：140g

“健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事”のこと。

スマートミールとは？ つまり一食の中で、**主食・主菜・副菜**が揃い、**野菜**がたっぷり、**食塩**のとり過ぎにも配慮した食事のこと。

“Smart Meal” is nutritiously balanced and healthy menu which defined by the consortium composed of multiple academic societies.

◆栄養バランスを考えて「**しっかり**」食べたい男性や女性の方向け◆

このメニューはスマートミールの基準(しっかり 620~850kcal)を満たしています。

スマートミールに関する情報はここから！



※スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。
健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。
現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。



『スマートミール』応援プロジェクト
静岡信用金庫が推進するスマートミール認証支援事業。食を通して地域の健康づくりに貢献するため静岡県立大学も学術分野で協力しています。