

スマートミール
「しっかり」メニュー

JAPANカレー亭の タイガーチキン南蛮カレー



栄養バランスを考えてしっかり食べたい方におすすめのカレーです。

（1食当たりの栄養成分）推定値

エネルギー	740kcal
たんぱく質	35g
脂質	25g
炭水化物	108g
食塩相当量	1.3g
野菜使用量	150g
主食（ごはん）	180g

【栄養関係支援】

公益社団法人宮崎県栄養士会（宮崎県適塩応援企業登録） TEL0985-22-6105

スマートミールSmart Mealに
についての詳細はホームページ
をご覧ください。



通常のタイガーチキン南蛮カレーより
チキンとタルタルソースを少なくし、
さつまいもチップスを除いてカロリー等が控
え目です。

野菜を1日に必要と言われる350gの
1/3量以上使用しているのでヘルシーです！



♪延岡郷土料理「八杯汁」も好評です。
（延岡の原木乾燥しいたけ使用）



JAPANカレー亭（宮崎県ベジ活応援店登録店）

（1食あたり野菜を100g以上使用している
料理を提供し野菜使用量を表示し、野菜摂取推
進している、審査に合格した店）

* 詳細は宮崎県ホームページへ掲載