



平成25年3月9日（土）の試食会献立
玉野市玉の三友不動産株式会社
三友フーズセンターの宅配食・・・
すこやか食（副食のみ）に
インスタント味噌汁（塩分を半分にする工夫）・
低カロリーのおやつ（寒天ゼリーにパルスイート入り きな粉を添えて）を試食しました。
主食の量は自分の単位（量）

合計6.8単位（主食 2単位含む）（1200Kcalの人の例）

栄養量 熱量544kcal 蛋白質24.5g 脂肪18.6g