

わたしの街のえらべる食堂

しょくどう

ときわ食堂



「わたしの街のえらべる食堂」は、栄養バランスのよいメニューがあり、健康的な食のサービスを利用できる区が認定している飲食店です。

🎗️ バランスメニューを提供しています (主食・主菜・副菜が1食の量として適量含まれるメニュー)



◎ 天丼 800円

エネルギー 996kcal
たんぱく質 27.1g
脂質 31.8g
炭水化物 153.0g
食塩相当量 6.8g

◎ 今月のおすすめ
メニュー

(価格は月ごとで異なる)

※1日に必要なエネルギーと栄養素の目安は、葛飾区HP「栄養成分表示を活用しよう」をご覧ください。



🎗️ 野菜メニューを提供しています (プラス一皿の野菜(70g以上使用)メニュー)

◎ 生野菜 380円

🎗️ 健康的な食のサービスを利用できます

野菜を とりたい方	・野菜メニュー(野菜70g以上使用)を選べる
エネルギーを 控えたい方	・主食の量を減らせる (例) ライス 通常250g 390kcal 半量125g 195kcal
塩分を 控えたい方	・薄味で注文できる ・汁やつゆを減らして注文できる

お店からの一言メッセージ

素材を生かして、人が好き、街が好き。
金町「とき食」の愛称で、親しまれています。

住所 東金町1-19-10
電話 03-3627-8043
営業時間 9時~14時30分 17時~22時
バランスメニューの提供時間 営業時間中
定休日 水曜日



● かつしかの元気食堂に関する問い合わせ先 葛飾区健康部健康づくり課 ☎03-3602-1268

● かつしかの元気食堂について、詳しくは
葛飾区HP「かつしかの元気食堂」推進事業をご覧ください。



葛飾区



令和5年12月