

# 減塩サミットin 呉2012の減塩弁当

**減塩サミット**  
**ランチ**

健康ヘルシー減塩ランチは、30種類以上の食材を使用しています。地産手産から採ったコラーゲンたっぷりの出汁、ハーブ類、スパイスを使って減塩をサポートしながらおいしい料理に仕上げました。また、自然で身体に優しい調味料も用いましたので、安全安心なランチをぜひご賞味ください。

**減塩サミットランチメニュー**

- ・軽いスモッグサーモンのロール
- ・鯛のマリネ しそレモンノンオイルドレッシング
- ・貝柱、イカ、小エビの香草焼きバルサミコ和え
- ・音戸生わかめとホタルイカ酢和え
- ・若鶏もも肉の辛味付け焼き
- ・南瓜、カリフラワーのカレー風味
- ・牛ヒレ肉の網焼きヘルシーカレーソース
- ・野菜のトマト煮込み（ズッキーニ、赤ピーマン、椎茸、なす）
- ・穴子寿司
- ・たこ飯
- ・広島菜巻き
- ・小いわしの酢物
- ・アスパラガス、スロッコリ、トマトのサラダ
- ・フルーツ（スイカ、パイナップル、オレンジ）

総カロリー **537kcal**  
総塩分 **2.1g**

内容についてのお問

