

フォームドミルク アップルティー

¥500

甘酸っぱい旬のりんごと、すっきりとした味わいの静岡県産和紅茶を合わせました。ふんだんに使用したりんごの様々な食感が楽しめるフォームドミルクによって、まろやかな味わいになる所がポイント。



栄養・効能メモ



りんごには高血圧や貧血、肥満の予防、便秘の解消に役立つカリウムや食物繊維、ビタミンCが多く含まれており、生活習慣病の予防や健康維持のために摂取していきたい果物です。和紅茶には老化防止や抗菌作用のあるポリフェノールが含まれます。

【1食分栄養価】

エネルギー：215kcal
たんぱく質：0.9g
脂質：18.9g
炭水化物：9.7g
食物繊維：0.4g
食塩相当量：0.1g

*食品成分表から算出した概算値

【参考文献】農林水産省ホームページ

さつまいものスコーン

¥700

静岡県産のさつまいもを使用しています。甘味が強く、ほくほく感としっとり感がありスコーンによく合います。

また、付け合わせには生クリーム、秋が旬のりんごを使用したソースの2種類を添えました。



栄養・効能メモ



さつまいもは食物繊維が豊富に含まれ、更にヤラピンという整腸作用を持つ成分により排泄を助け便秘を防ぐ効果がある。ヤラピンは加熱しても減少しにくい為、スコーンにしても腸への効果が期待できる。また、さつまいもはビタミンCの含有量がみかんと同じくらい多い。尚且つ熱に強い為、スコーンに混ぜても摂取することができる。

【1食分栄養価】

エネルギー	: 460kcal
たんぱく質	: 5.7g
脂質	: 20.2 g
炭水化物	: 61.8g
食物繊維	: 2.3g
食塩相当量	: 0.6g

*食品成分表から算出した概算値

【参考文献】農林水産省ホームページ