

健康づくり応援店

野菜たっぷりランチメニューのご紹介

玄米食堂 あおぞら



対象メニュー
ノンミートの玄米ランチ ¥950

ノンミートでお肉を使用しておりません。全て手づくりで化学調味料等も使用しておりませんので安心してお召し上がり下さい！



青森市浪打1丁目16-10

☎017-743-0824 営業時間11:30~14:00 (月・火曜定休)

レストラン^{なほり}汝惚里



対象メニュー
B弁当 ¥800

野菜をたっぷり使用した、おふくろの味。日替わり・コーヒー付きです。



青森市花園2丁目9-30

☎017-743-2203 営業時間11:00~22:00 (日曜定休)

元気町あぶらかわ物産館 とまとりあ



対象メニュー
おろしハンバーグ ¥1,000

ハンバーグ以外は全て野菜オンリーです。AO(アオ)ベジ野菜を使っているのとても美味しいです。



青森市羽白字池上197-1

☎017-787-2959 営業時間11:00~14:00 (日・祝日定休)

ベジフルキッチン PEPINO



対象メニュー
ハンバーグ トマトソース ¥890

10種類以上の野菜を1品でお召し上がりいただけます(*野菜の種類は季節によって異なります)自家製トマトソースを使用。



青森市新町1丁目12-4

☎017-718-5569 営業時間10:00~19:30 (日曜定休)

創作農家レストラン 青^も〜い郷里



対象メニュー
青森の野菜たっぷり弁当 ご予算に応じてお作り致します

青森の野菜をたっぷり使用したお弁当を販売しております。H29.7月を目処に、リニューアルオープン予定。オープン後は店舗でランチ等の提供も予定しております。



<https://www.facebook.com/noukanoyasai/>

野菜を1日350g食べよう!

野菜には食物繊維・ビタミン・ミネラル類などが豊富に含まれており、これらの栄養素は、
**身体の調子を整えるだけでなく、
循環器疾患やがんなどの生活習慣病を
予防する働きがあります。**

