

平成29年7月11日
山梨県福祉保健部健康増進課
課長 岩佐景一郎
電話 055-223-1493(内線 3507)

飲食店と連携した「やまなし しぼルトメニュー」の発売について

県では、県健康増進計画である「健やか山梨21（第2次）」を踏まえた施策として「やまなし しぼルトメニュー」販売整備事業を実施し、「やまなし しぼルトメニュー」を販売・提供していただくことで、健康に配慮した食事を選択できる環境をつくり、県民の健康づくりを推進することを目指しています。

平成29年度からは当事業を飲食店に拡大することとしており、県内保健所を通して周知を行ってきたところです。このたび、下記飲食店において県の基準に沿った定食を7月17日（月）から提供をすることとなりましたのでお知らせします。

今後におきましても健康づくりを応援する「やまなし しぼルトメニュー」を販売・提供していただける事業者の皆様を募集しています。

喜多八「中華しぼルト定食」
(山梨市上神内川 1492 0553-22-0491)

- ・ 定食の内容は、ごはん、青椒肉絲、麻婆茄子、豆腐サラダ、杏仁豆腐です。
- ・ 基準内のエネルギー量で提供できるよう、食材を油通しではなく、湯通しする、食塩相当量も基準内で提供できるように香味野菜を使用する、など工夫しました。
- ・ 野菜は9種類以上使用し、彩り豊かな盛り付けです。
- ・ エネルギー693kcal、食塩相当量2.6g、野菜使用量233g



しぼルトは、「しぼる」+「ソルト（塩）」を掛け合わせ、ぎゅっとしぼったウエストで、食塩摂取量の減少と適正体重の維持をイメージしています。

「しぼルトメニュー」の基準 (1)主食・主菜・副菜がそろっていること (2)エネルギー500kcal 以上700kcal 未満 (3)野菜(きのこ類、海藻含む)の量が120g以上 (4)食塩相当量が3.0g未満 (5)栄養成分(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量またはナトリウム)が表示されていること