**○塩分控えめメニュー**

**要件：食塩相当量が１食当たり３ｇ未満であること**

|  |  |
| --- | --- |
| 内　　容 | 保健所確認欄 |
| ・お店のメニュー表等に１食当たりの塩分が３ｇ未満であることを掲示してください。 |  |
| ・予定しているメニュー名、使用する食材、簡単な作り方を記入してください。<メニュー名>      <使用する食材・主な調味料>      <簡単な作り方>          <栄養価（１食当たり）>   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | エネルギー  (kcal) | たんぱく質  (g) | 脂質  (g) | 炭水化物  (g) | 食塩相当量  (g) | |  |  |  |  |  | |  |
| ※栄養価計算の根拠となるものが保管されているかどうか確認する。 |

**○野菜たっぷりメニュー**

**要件：１食当たりの野菜重量が120ｇ以上、または、１品当たり70ｇ以上であること**

|  |  |
| --- | --- |
| 内　　容 | 保健所確認欄 |
| ・お店のメニュー表等に１食当たりの野菜重量が120ｇ以上、  または、１品当たり70ｇ以上使用していることを掲示してください。 |  |
| ・予定しているメニュー名、使用する野菜とその使用量を記入してください。  <メニュー名>      <使用する野菜と使用量（g）> |  |

**※　芋類、きのこ類、海藻類は野菜に含みません。**