**資　料**

『ＥＡＴｄe（いいとで）健康メニュー』の開発から登録までの流れについて

◆「ＥＡＴｄe健康メニュー」の考案

　「ＥＡＴｄe健康メニュー」の基本コンセプトを参考に「ＥＡＴｄｅ健康メニュー」を考案

◆申し込み

【申込様式】…（２~５ページ）

1. ＥＡＴｄe健康メニュー登録希望申込書・・・様式１
2. ＥＡＴｄe健康メニュー応募用メニュー表（用紙に応募作品の写真を添付）・・・様式２

【申込期限】　　　　令和７年８月２９日(金)

【申込先及びお問合せ先】　〒８９６－００３５　いちき串木野市新生町１８３番地３

　　　いちき串木野市健康増進課　　　　電話（０９９６）３３－３４５０

（串木野健康増進センター）　　　ＦＡＸ（０９９６）３３－３４５２

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　e-mail　kenko1@city.ichikikushikino.lg.jp

◆指定する管理栄養士によるカロリー等の計算

◆必要に応じ、市が指定する管理栄養士によるアドバイス　⇒メニューの再考

◆必要に応じ、料理研究家によるアドバイス　⇒メニューの再考

◆「ＥＡＴｄe健康メニュー」として正式に登録申請

【申請様式】・・・６ページ

　　ＥＡＴｄe健康メニュー登録申請書・・・様式３

「ＥＡＴｄe健康メニュー認定委員会」による書類審査（登録の決定等）

◆「ＥＡＴｄe健康メニュー」として提供・販売

◆「ＥＡＴｄe健康メニュー」のＰＲ

【様式１】

いちき串木野市ＥＡＴｄe（いいとで）健康メニュー登録希望申込書

いちき串木野市ＥＡＴｄe健康メニューとしての登録を希望しますので、下記のとおり申し込みます。

１．申請者情報

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 事業所名  (店舗名) |  | |
| 届出者 | 郵便番号 |  |
| 所在地 |  |
| 代表者名 |  |
| 電話番号 |  |
| FAX番号 |  |
| ホームページアドレス |  |
| メールアドレス |  |

２．指定を希望するメニュー

|  |  |
| --- | --- |
| メニューの名称 |  |
| メニューの名称 |  |
| メニューの名称 |  |
| メニューの名称 |  |

【提出先】

　いちき串木野市　健康増進課（串木野健康増進センター）

　　〒896－0035

　　　いちき串木野市新生町183番地3

　　　　電話　（０９９６）３３－３４５０

　　　　FAX　（０９９６）３３－３４５２

　　　　e-mail　kenko1@city.ichikikushikino.lg.jp

【様式２】

ＥＡＴｄe健康メニュー表

　下記の様式に献立及び材料名等を御記入ください。

１．調味料や油についても、食塩と栄養量の算出に必要となりますので、分量まで記載漏れのないよう御注意下さい。

２．産地名は可能な限り御記入下さい。

　栄養量の算出は、市が指定した管理栄養士が行います。

|  |  |
| --- | --- |
| 事業所名  (店舗名) |  |
| 料理人名 | (複数の場合は、主たる料理人) |
| 電話番号 |  |

※記入例

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 献立名 | 材料名（１人分） | 産地名 | 分量 |
| 魚のムニエル | 鯛  塩  小麦粉  バター  （添え野菜）赤ピーマン  クレソン  　　　　　　レモン | いちき串木野産  鹿児島産  鹿児島産  国産 | ６０ｇ（正味）  ０．５g又は小さじ１／５  ４ｇ  ５ｇ  １０ｇ  少々  輪切り１枚 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 献立名 | 材料名（１人分） | 産地名 | 分量 |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 献立名 | 材料名（１人分） | 産地名 | 分量 |
|  |  |  |  |

応募作品の写真添付欄

　※　応募作品全体の雰囲気がわかるもの（２枚程度）を添付してください。

いちき串木野市ＥＡＴｄｅ（いいとで）健康メニュー食品構成

１日の必要エネルギー量

　　ＩＢＷ(60㎏)×30kcal＝1,800kcal

　　ＩＢＷ(55㎏)×30kcal＝1,600kcal

≪メニューの基準≫

◆１食５００キロカロリー～６００キロカロリー未満のランチメニューもしくはコースメニュー

◆１食あたりの食塩相当量　３ｇ未満

◆栄養バランスの整った食事（炭水化物エネルギー比５０～６０％/脂質エネルギー比２０～２５％）

◆市内で生産された食材を使用していること

◆健康メニューとしてふさわしいものであること

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 食品名 | 量（ｇ） | 目安量 |
| 主食 | 米飯 | １５０ｇ | 米飯中盛ご飯１杯 ロールパン６０ｇ（２個）と芋５５ｇ ゆで麺（中華めん１２０ｇ/そば１８０ｇ/うどん２４０ｇ） |
|
| 主菜（肉・魚・大豆製品はいずれかを使用する） | 肉 | ６０ｇ | 魚６０ｇまたは豆腐１５０ｇ |
|
| 野菜 |  | １２０ｇ以上 |  |
| 果物 |  | ８０ｇ | みかん小１個（メニューによっては使用しなくてもよい） |
| 油 |  | ５ｇ | 大さじ1/2 |
| 砂糖 |  | ０～４ｇ | 砂糖小さじ１またはみりん小さじ１ |
| 付加食塩（２ｇ） |  |  | 食塩１ｇ＝しょうゆ小さじ１＝塩小さじ1/6＝ケチャップ大さじ２ ＝みそ１０ｇ（大さじ1/2） |

※芋類の使用は主食との交換とする。

※きのこや海藻は適宜加える。