

# ヘルシーメニュー大募集

レストランや給食施設などで利用できる  
おいしく減塩&手軽に野菜がとれる1品メニューを募集します！  
あなたのおすすめレシピをどんどんご応募ください！

✳️お店や施設などで提供しているメニューの応募もOK！

✳️こんなメニューがあるといいな♪  
学生・一般の方の応募も大歓迎！

✳️コンクール受賞作品は県内の飲食店や施設にて利用されます！！



**応募締切：平成30年10月23日(火)必着**

## 【応募条件】

### ●1品あたりの基準

部門	野菜量	食塩量
主菜部門	70g以上	1.2g以下
副菜部門	70g以上	0.5g以下

- 調理時間：30分以内
- 1次審査を通過した場合、2次審査において作品の調理ができる方

## 【応募資格】

茨城県在住又は通勤・通学している方  
茨城県内の飲食店や給食施設の方



## 【審査方法】

- 1次審査（書類審査）  
日時：10月下旬  
書類審査通過者には11月上旬に通知します。
- 2次審査  
（1次審査通過者による調理・試食審査）  
日時：12月1日（土）9：30～  
会場：茨城キリスト教大学7号館  
（日立市大みか町6-11-1）

## 【応募方法】

応募用紙に必要事項を記入し、応募料理の完成写真を添付の上、（公社）茨城県栄養士会あて 郵送・持参・電子メールのいずれかの方法でお申し込み下さい。  
※応募用紙は、ホームページからもダウンロードできます。  
ホームページアドレス  
<http://www.ibarakiken-eiyoushikai.or.jp/>

## 【表彰】

「いばらき食育推進大会」（平成31年1月25日：茨城県立県民文化センター）の席上で、最優秀賞・優秀賞の表彰を行います。

## 【問い合わせ先・応募先】

公益社団法人 茨城県栄養士会  
（ヘルシーメニュー募集担当）

〒310-0034 水戸市緑町3-5-35  
TEL：029-228-1089  
FAX：029-228-4271  
メールアドレス  
[shindan@ibarakiken-eiyoushikai.or.jp](mailto:shindan@ibarakiken-eiyoushikai.or.jp)



たくさんのご応募お待ちしております！！

