

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！！

過去の受賞作品はこちらからご覧いただけます！



平成25年度
～30年度



応募締切：令和元年10月25日(金)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：11月上旬
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22日（日）9：30～
会場：常盤大学
（水戸市見和 1-430-1）

【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】

令和2年1月24日（金）に、ザ・ヒロサワ・シティ会館（茨城県立県民文化センター）で開催される「いばらき食育推進大会」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



たくさんのご応募お待ちしております！！

