

# 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・一般の方の応募也大歓迎！

❖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！！

平成28年度主菜部門  
優秀賞の「鮭とカブのから揚げきのこあんかけ」が県庁食堂ひばり  
で提供されました！  
(平成29年6月)



## 応募締切:平成29年10月25日(水)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月上旬頃に通知  
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:11月25日(土)9:30~

会場:常磐大学(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】

「いばらき食育推進大会」  
(平成30年1月19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！！

