

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	札幌市
取組市町村名 取組団体・企業名	札幌市白石区
取組の名称	区役所食堂での啓発(ヘルシーメニュー)
実施時期	令和5年4月19日(水) 令和5年7月19日(水)
取組に該当する 食育ピクトグラム	 
取組内容	食事を通して市民や職員が生活習慣病の予防と改善に向けた取り組みができるよう、白石区役所食堂利用者に区管理栄養士監修のヘルシーメニューを提供し、バランスの良い食事等の啓発を行いました。食堂利用者以外の方にもバランスの良い食事を知ってもらえるよう、白石区ホームページにレシピと写真を掲載しました。配布レシピの中で、「毎月19日は食育の日」のPRも行っています。 場 所：札幌市白石区役所食堂 内 容：ヘルシーメニューの提供、栄養メモの設置、資料配架 提供数：4月 31食 7月 27食 【ヘルシーメニュー】 エネルギー：500～650kcal 脂肪エネルギー比：25%程度 食塩相当量：3g程度 野菜摂取量：120g以上   【写真】(左 4月) 麦入りごはん、厚揚げとエビのチリソース、春キャベツのピーナツ和え、中華スープ、ベトナム風コーヒゼリー 【写真】(右 7月) きんぴらごぼうのちらし寿司、ゴマサバの竜田あげ、とうがんのとろみ汁、スイカ http://www.city.sapporo.jp/shiroishi/life/health/shokuiku/healthy/herusi.html