

外食を美味しく楽しくヘルシーに！



おすすめ！うち店*の

応募無料

ヘルシー外食コンテスト2022

応募要件

- 利用者の健康に配慮した店内飲食できるランチメニュー
- 主食とおかずがセットで、野菜量が120g以上のもの
- 「うちのお店も健康づくり応援団の店」承認店舗
※ 応募時に加入することも可能です

応募方法

応募用紙・応募先は、大阪ヘルシー外食推進協議会
ホームページに掲載 <http://osaka-gaishoku.jp/>

締め切り

令和4年10月4日（火）

審査

- 1次審査 書類審査
- オンラインによる人気投票
- 2次審査 専門家による審査

表彰式

FOOD STYLE Kansai 2023 会場において行います
<https://foodstyle.jp/kansai/>

日時：令和5年1月25日（水）

場所：インテックス大阪

※ 感染症の状況により変更になる可能性がありますのでご了承ください

入賞メニューには、
副賞が贈呈されます！

主催・問い合わせ：大阪ヘルシー外食推進協議会
電話 06（6910）6338

詳しくは、大阪ヘルシー外食推進協議会ホームページをご覧ください →



【 ヘルシー外食コンテスト2022 】



応募要件：対象店舗

- 大阪府、大阪市、堺市、豊中市、吹田市、高槻市、枚方市、八尾市、寝屋川市、東大阪市の「うちのお店も健康づくり応援団の店」
- コンテストの応募を機に「うちのお店も健康づくり応援団の店」に加入する店舗

応募要件：メニュー

利用者の健康に配慮した、店内飲食できるランチメニュー

- 主食とおかずがセットになっているもので、惣菜等の単品は除く
- 野菜量が120g以上のもの(いも類・きのこ類・藻類は除く)
- 価格基準なし
- 1店舗1点のみ
- 令和5年3月末まで提供可能なもの

応募方法

- ① 大阪ヘルシー外食推進協議会ホームページ上の応募用紙に必要事項を記載、応募メニューの写真データをご準備ください
- ② 飲食店の管轄保健所・保健センター等に、応募用紙データ、写真データを添えてメールにて送付ください
管轄については、大阪ヘルシー外食推進協議会ホームページに掲載しています <http://osaka-gaishoku.jp/>

審査方法

1次審査
書類審査

人気投票
オンラインによる実施
詳細は後日ホームページに掲載

2次審査
人気投票の結果を踏まえ、
専門家による審査により各賞を決定

表彰

FOOD STYLE Kansai 2023 会場において表彰式を行います ※感染症の状況により変更になる可能性がありますのでご了承ください

- 日時:令和5年1月25日(水) ● 場所:インテックス大阪 詳しくはこちら → <https://foodstyle.jp/kansai/>
- 入賞【金賞・銀賞・銅賞・特別賞】があり、入賞者には賞状・楯・副賞が授与されます

参考：うちのお店も健康づくり応援団の店 ヘルシーメニュー・バランスメニュー基準

ヘルシーメニュー (1食あたり)			
野菜たっぷり	エネルギーひかえめ	脂質ひかえめ	塩分ひかえめ
野菜の使用量 120g以上	エネルギー量 650キロカロリー以下	脂肪エネルギー比率 30%以下	食塩相当量 3g以下

バランスメニュー
主食・主菜・副菜がそろっていること
主食 : ごはん、パン、麺等の穀類を主材料とする料理
主菜 : 肉、魚、卵、大豆製品等おかずの中心となる料理
副菜 : 野菜類等を使った料理

【主催】大阪ヘルシー外食推進協議会

(一社)大阪外食産業協会、大阪府飲食旅館生活衛生組合連合会、(公社)大阪食品衛生協会、(公社)大阪府栄養士会、大阪レストラン協会
大阪府、大阪市、堺市、豊中市、吹田市、高槻市、枚方市、八尾市、寝屋川市、東大阪市

【後援】(公財)関西・大阪21世紀協会、アサヒビール(株)近畿圏市場開発支社、味の素(株)大阪支社、大阪ガス(株)エナジーソリューション事業部
(株)Mizkan、FOOD STYLE Kansai 実行委員会