

平成29年3月8日

健康福祉部健康推進課
課長 相川
tel 076-225-1435 (内線4130)

みんなが考えた「いしかわヘルシー&デリシャスメニュー」が 完成しました！！

県では、高血圧や糖尿病など生活習慣病を予防するために適切な食生活を実践していただくため、「ヘルシー」で「おいしい」メニューを開発しています。

今年度、県民の皆様から募集したメニュー案が管理栄養士による調整を経て、完成しました。

メニュー開発・普及委員会において書類・試食審査を行い、優秀メニュー6作品を決定しました。

ぜひご家庭でお試してください！！

<優秀メニュー案 6作品>

○主菜メニュー

- ・豚肉のサラダ仕立て (発案者:野々市市食生活改善推進協議会様)
- ・さんまの梅ソース (発案者:小山 喜代美 様)
- ・スチームサーモン いしるソース (発案者:下村 緑 様)

○主食+主菜型メニュー

- ・ひよこ豆のドライカレー (発案者:藤本 美咲 様)

○献立メニュー

- ・油で揚げないカツとじ風 (発案者:中里 知 様)
- ・豚ばら肉と根菜の黒酢煮 (発案者:山本 智晶 様)

<レシピ集について>

書類審査を通過した37メニュー(主菜型:28種・献立型:9種)を掲載したレシピ集は、3月末頃完成予定です。