

健康的なV.O.S.メニュー推進事業 協力メニューの栄養成分について (平成26・27年度の結果)

作成:保健所栄養改善業務専門部会
食環境づくり推進事業部会

平成26・27年度

健康的なV.O.S.メニュー提供店舗数及びメニュー数

ブロック	店舗数	V.O.S.メニュー数
北ブロック	10	21
東ブロック	9	9
中ブロック	19	19
南ブロック	4	4
合計	42	53

V.O.S.メニューの基準

野菜たっぷり(V)・・・野菜140g

適油(O)・・・脂質エネルギー比率20%

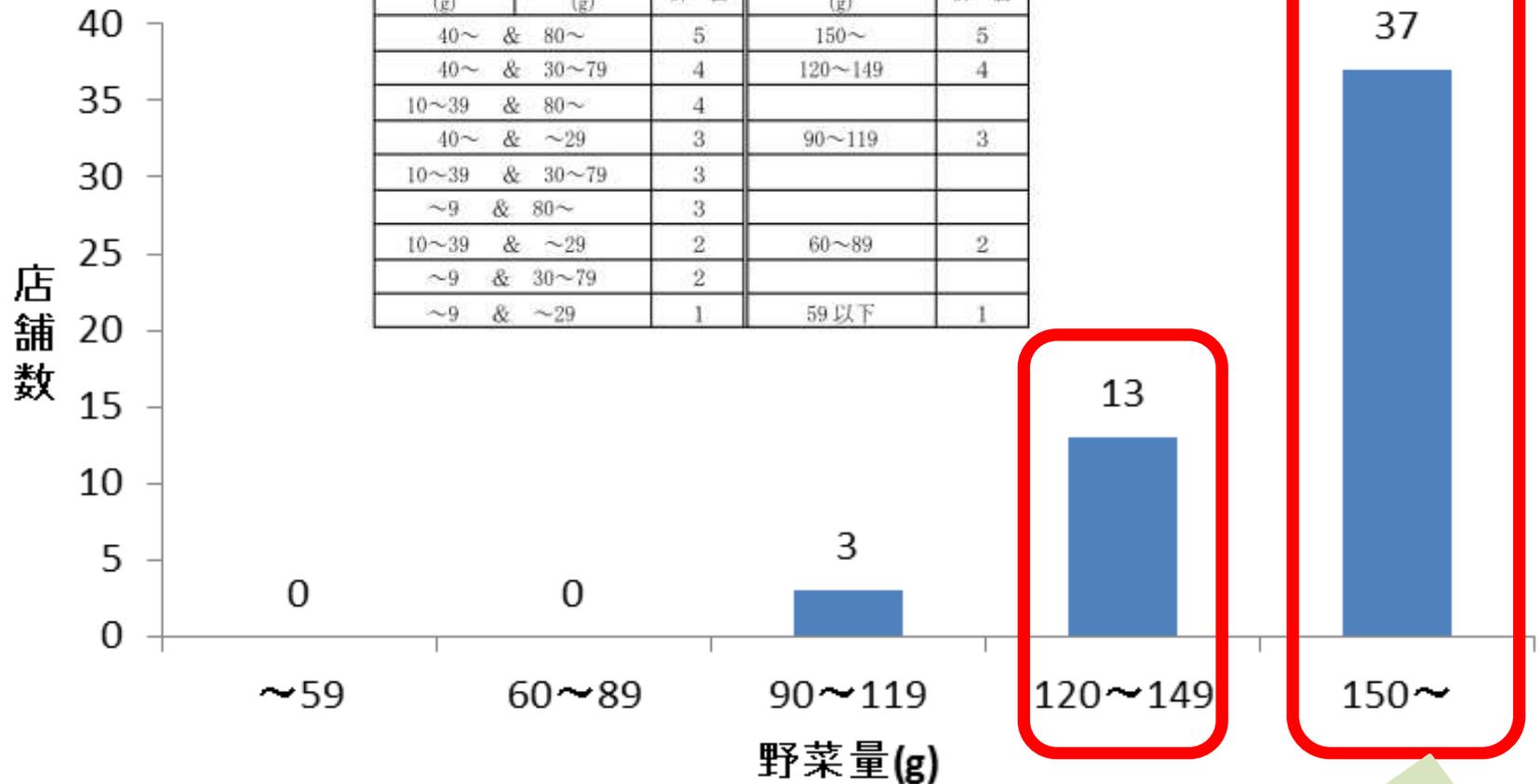
適塩(S)・・・食塩量3g

V.O.S.メニュー・野菜量の分布

(ヘルシーメニュー人気コンテスト評価区分別)

緑黄色野菜、その他の野菜の分量の評価に当てはまらないときは、野菜総量で評価する。

緑黄色野菜 (g)	その他の野菜 (g)	評価	野菜総量 (g)	評価
40～	& 80～	5	150～	5
40～	& 30～79	4	120～149	4
10～39	& 80～	4		
40～	& ～29	3	90～119	3
10～39	& 30～79	3		
～9	& 80～	3		
10～39	& ～29	2	60～89	2
～9	& 30～79	2		
～9	& ～29	1	59以下	1

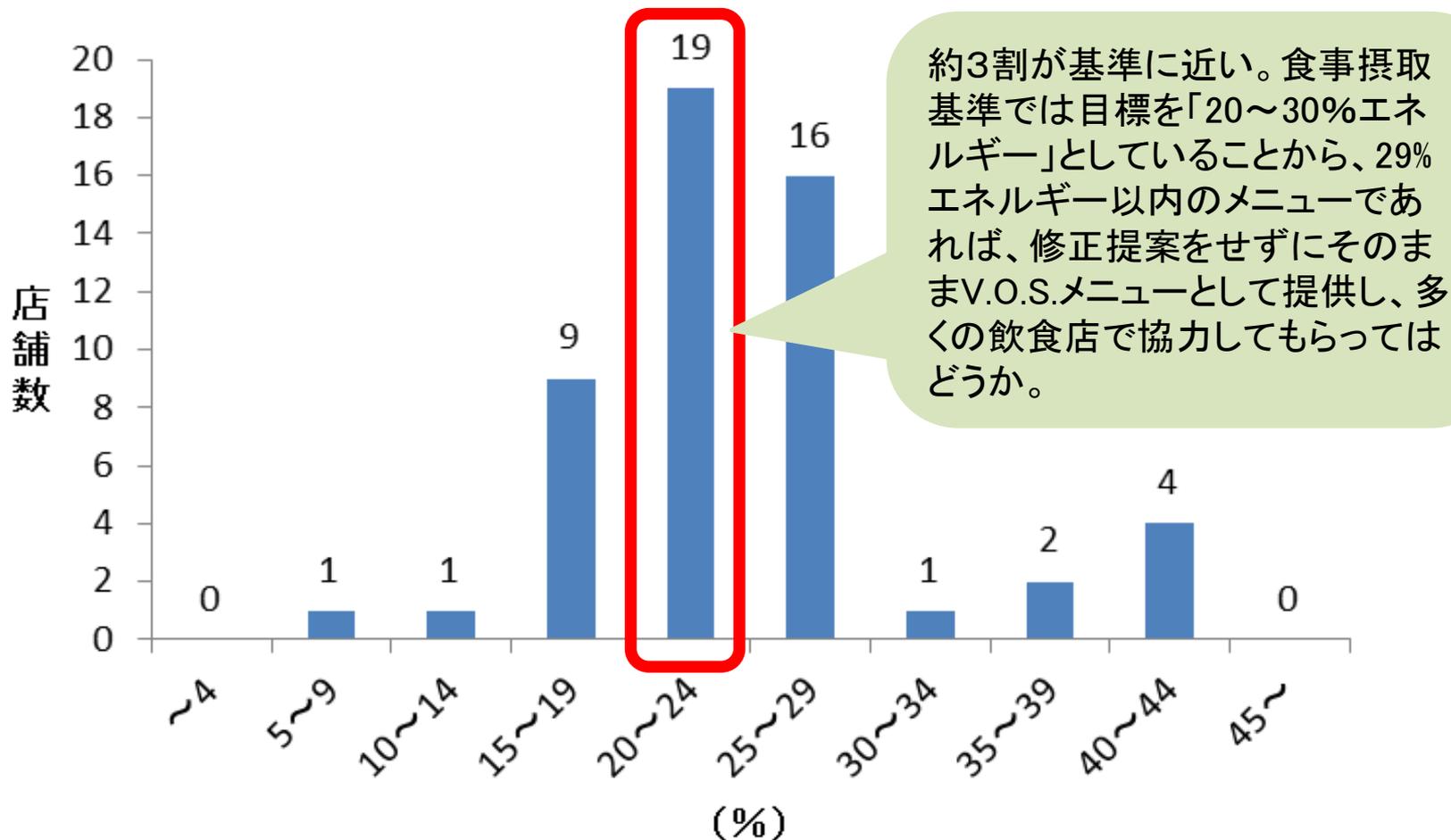


V.O.S.メニューの基準
野菜たっぷり(V)・・・野菜140g

約7割がコンテスト評価区分の「5」(最高得点)

V.O.S.メニュー

脂質のエネルギー産生栄養素バランス(%)の分布



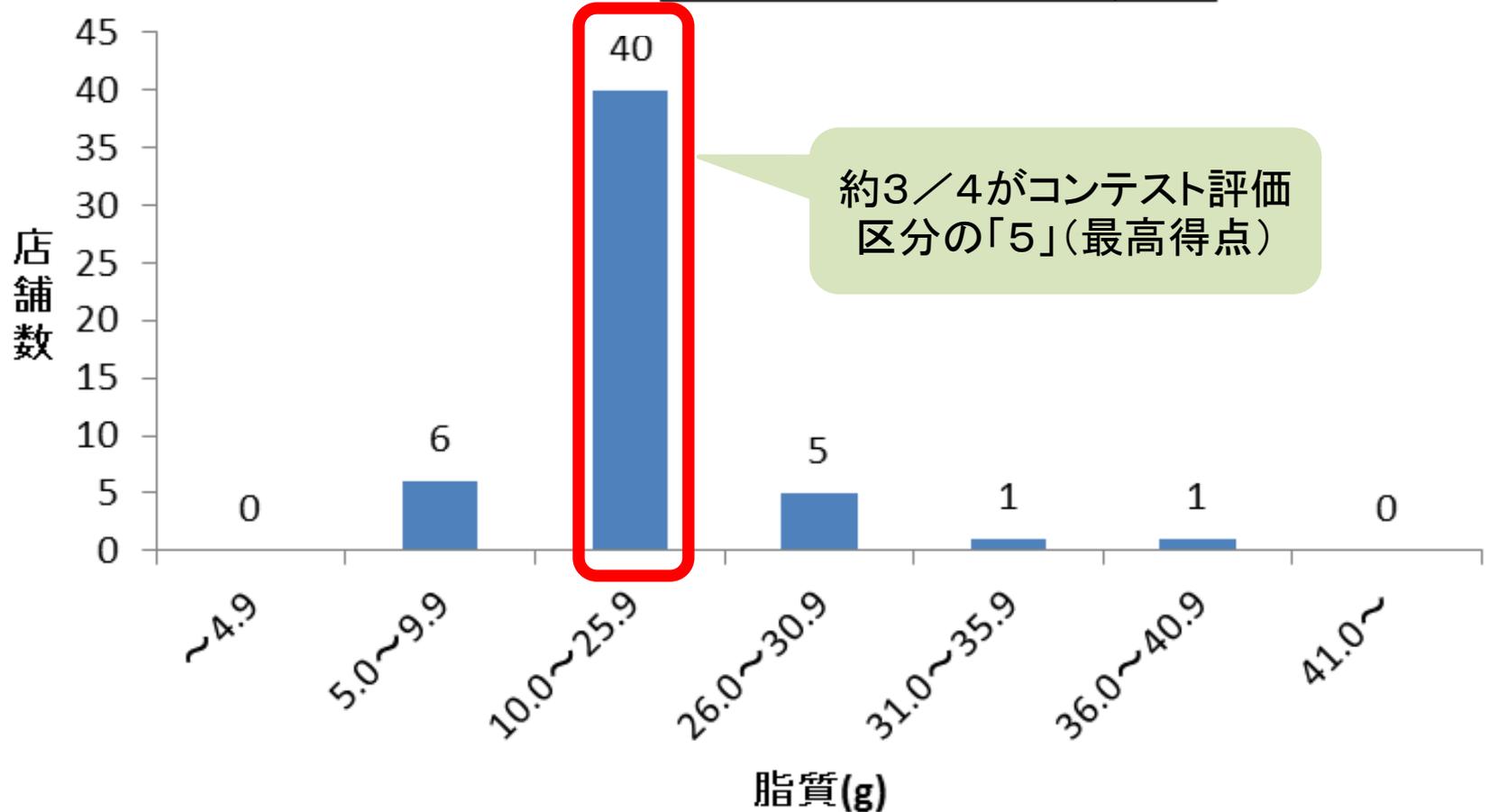
V.O.S.メニューの基準

適油(O)・・・脂質エネルギー比率20%

V.O.S.メニュー・脂質の分布 (ヘルシーメニュー人気コンテスト評価区分別)

(ヘルシーメニュー・ワンコインヘルシー弁当)

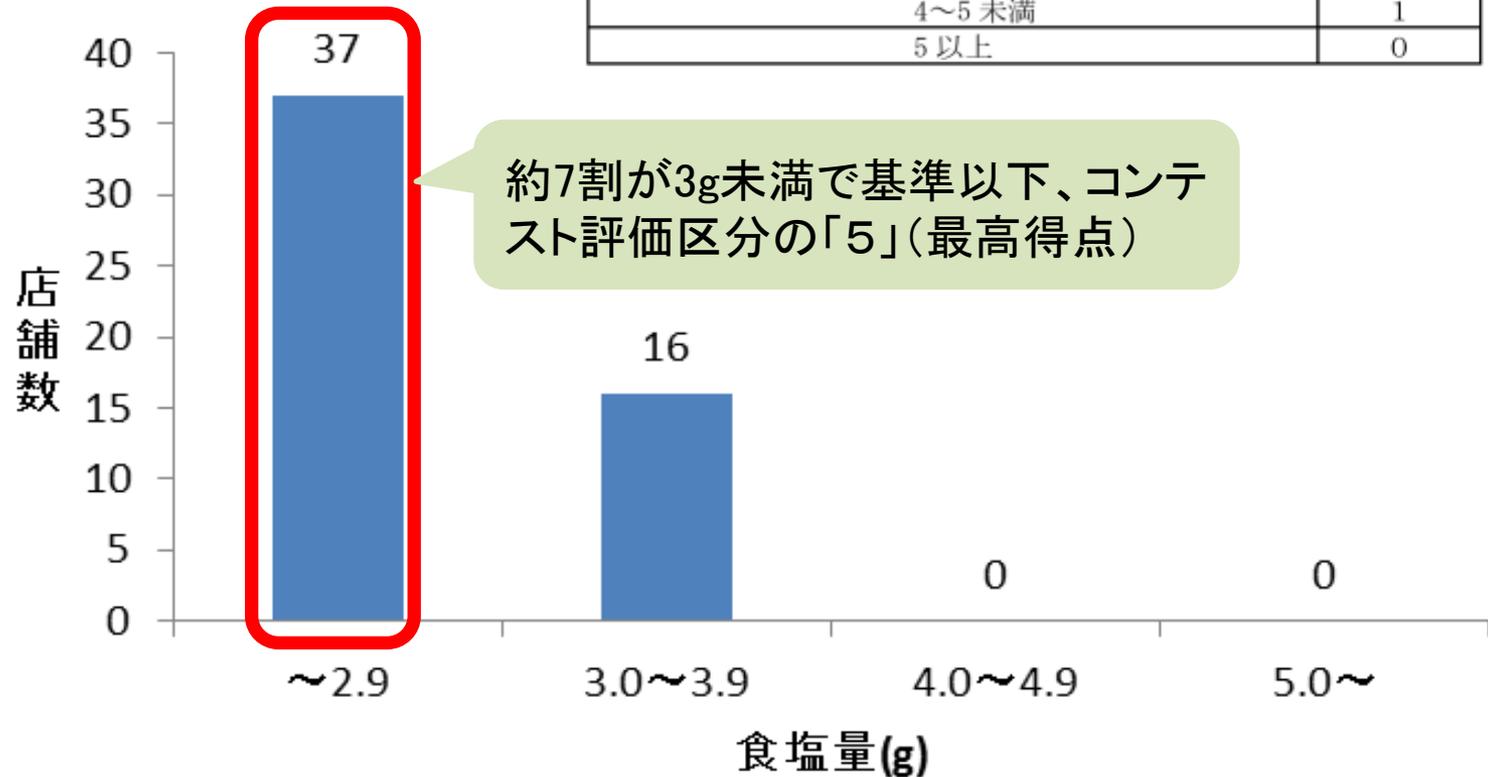
範囲 (g)	評価
10~25	5
5~9 or 26~30	4
0~4 or 31~35	3
36~40	2
41~	1



V.O.S.メニュー・食塩量の分布

(ヘルシーメニュー人気コンテスト評価区分別)

範囲 (g)	評価
3未満	5
3~4未満	3
4~5未満	1
5以上	0

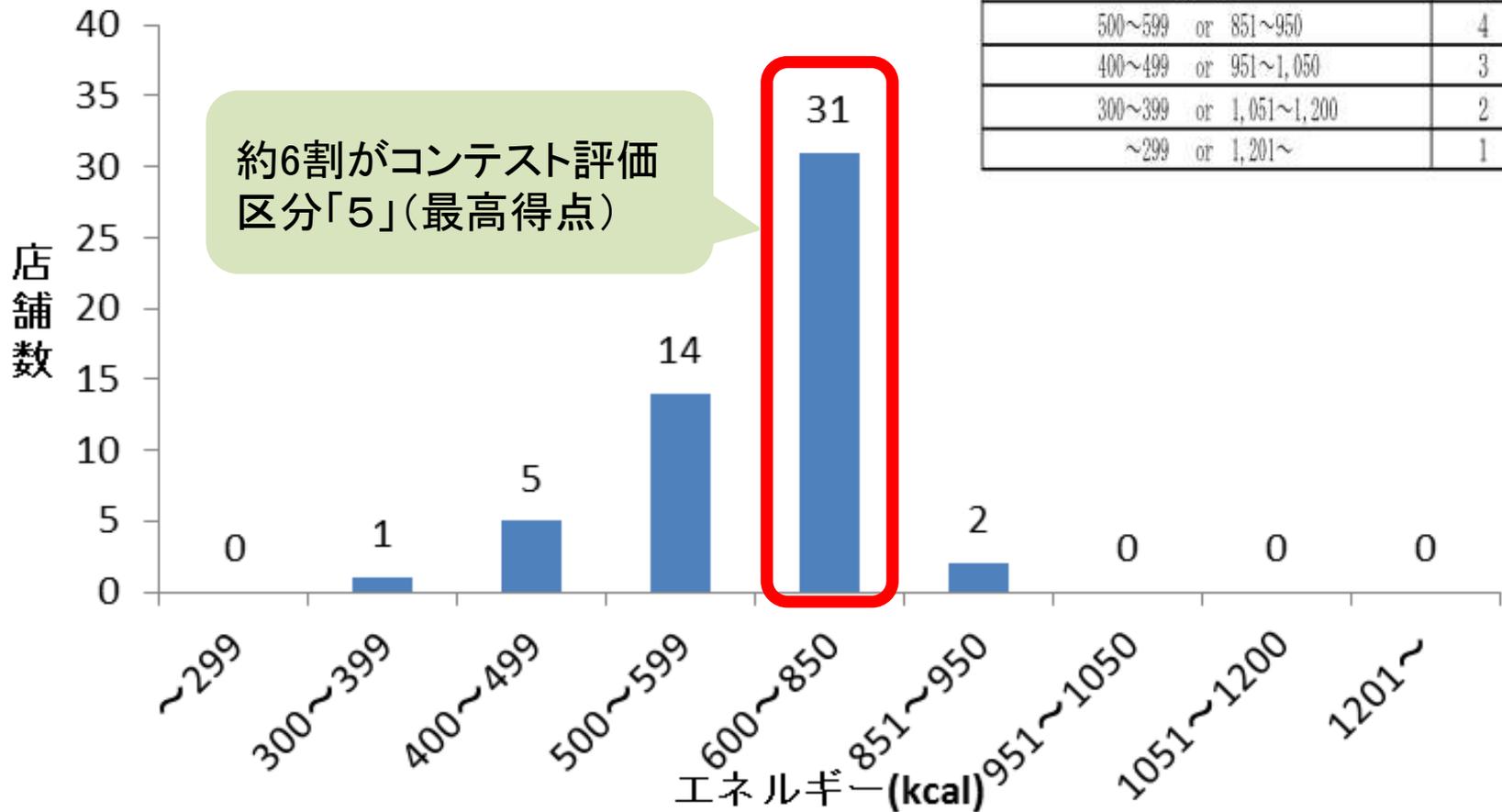


V.O.S.メニューの基準
適塩(S)・・・食塩量3g

V.O.S.メニュー・エネルギーの分布 (ヘルシーメニュー人気コンテスト評価区分別)

(ヘルシーメニュー・ワンコインヘルシー弁当)

範囲 (kcal)	評価
600~850	5
500~599 or 851~950	4
400~499 or 951~1,050	3
300~399 or 1,051~1,200	2
~299 or 1,201~	1



健康的なV.O.S.メニュー

ヘルシーメニュー人気コンテスト評価基準による総合得点別メニュー数

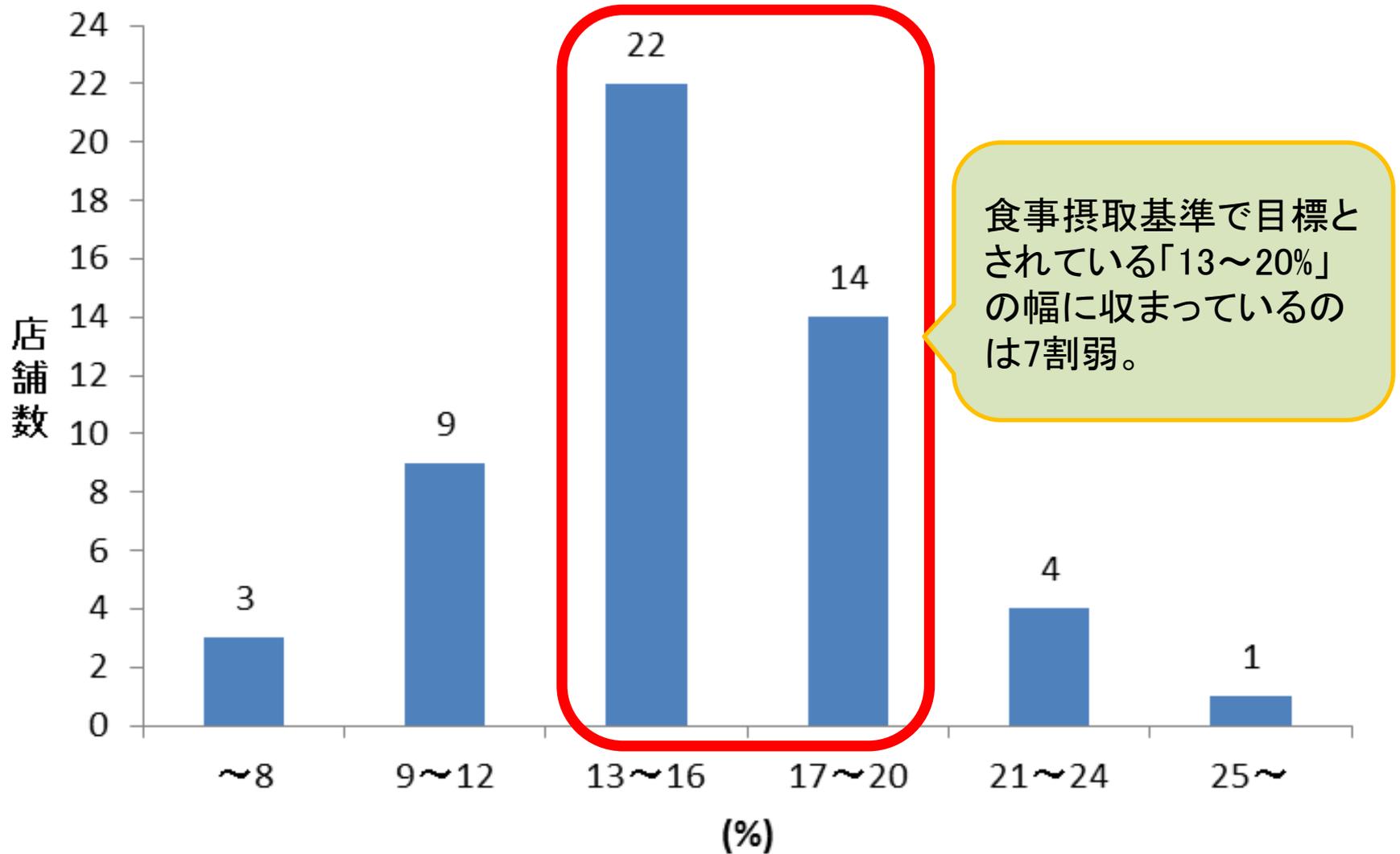
(エネルギー・脂質・食塩量・野菜量の4項目各5点、合計20点満点)

総合得点	メニュー数
15	5
16	3
17	8
18	13
19	9
20	15

約7割のメニューがコンテスト評価基準で「18～20点」と高得点だった。V.O.S.メニューはそのままコンテスト応募メニューとすることが可能。応募メニューをV.O.S.メニューとしてPRし、コンテストの盛り上げにも役立てることができる。

V.O.S.メニュー

たんぱく質のエネルギー産生栄養素バランスの分布



V.O.S.メニュー

炭水化物のエネルギー産生栄養素バランスの分布

