

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・28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・28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	12	24
東ブロック	12	12
中ブロック	24	24
南ブロック	6	6
合計	54	66

V.O.S.メニュー(V.O.S.ロゴマーク)の基準

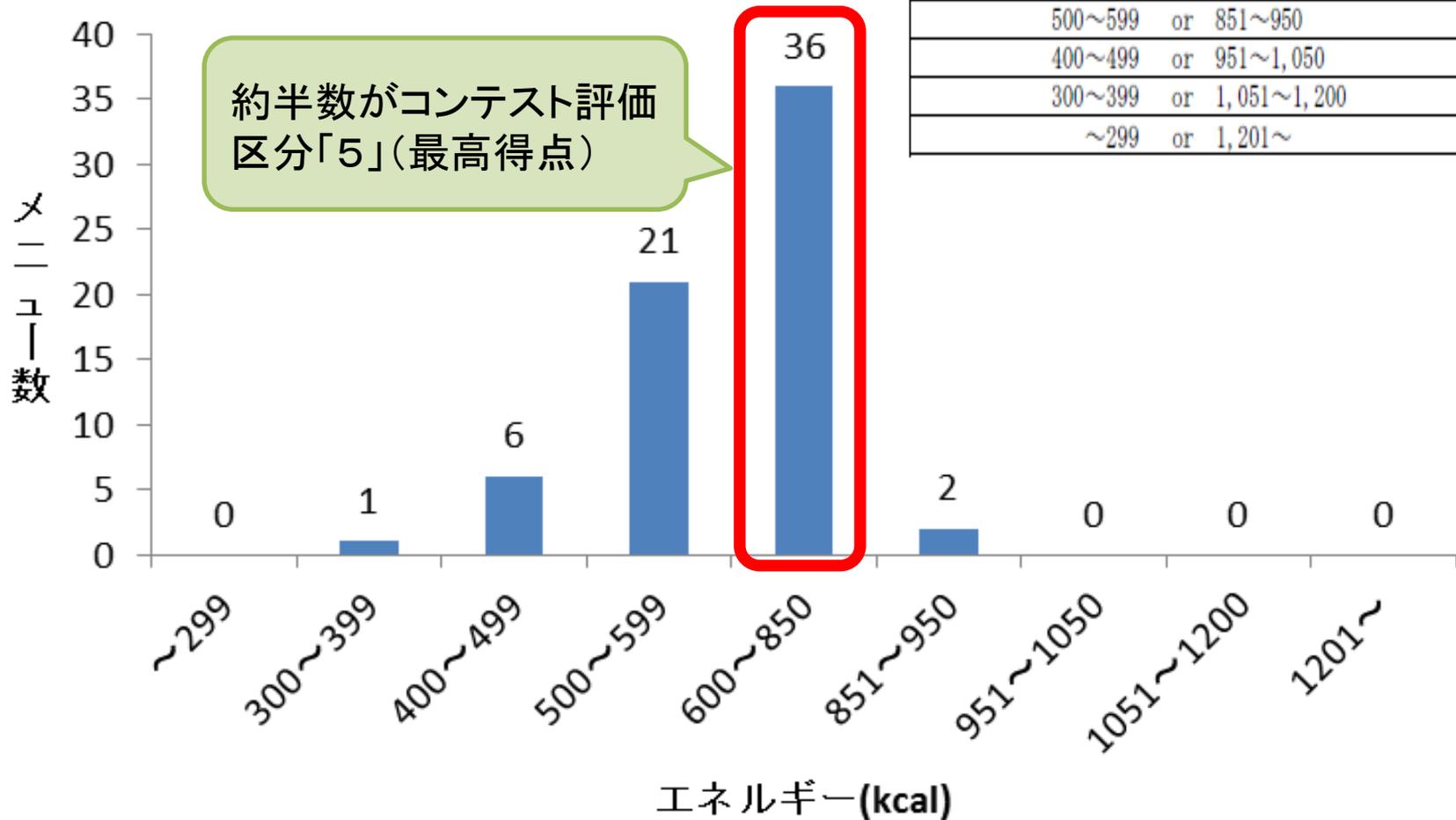
野菜たっぷり(V)・・・野菜140g	<u>(120g以上)</u>
適油(O)・・・脂肪エネルギー比率20%	<u>(30%以下)</u>
適塩(S)・・・食塩量3g	<u>(3g以下)</u>

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・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

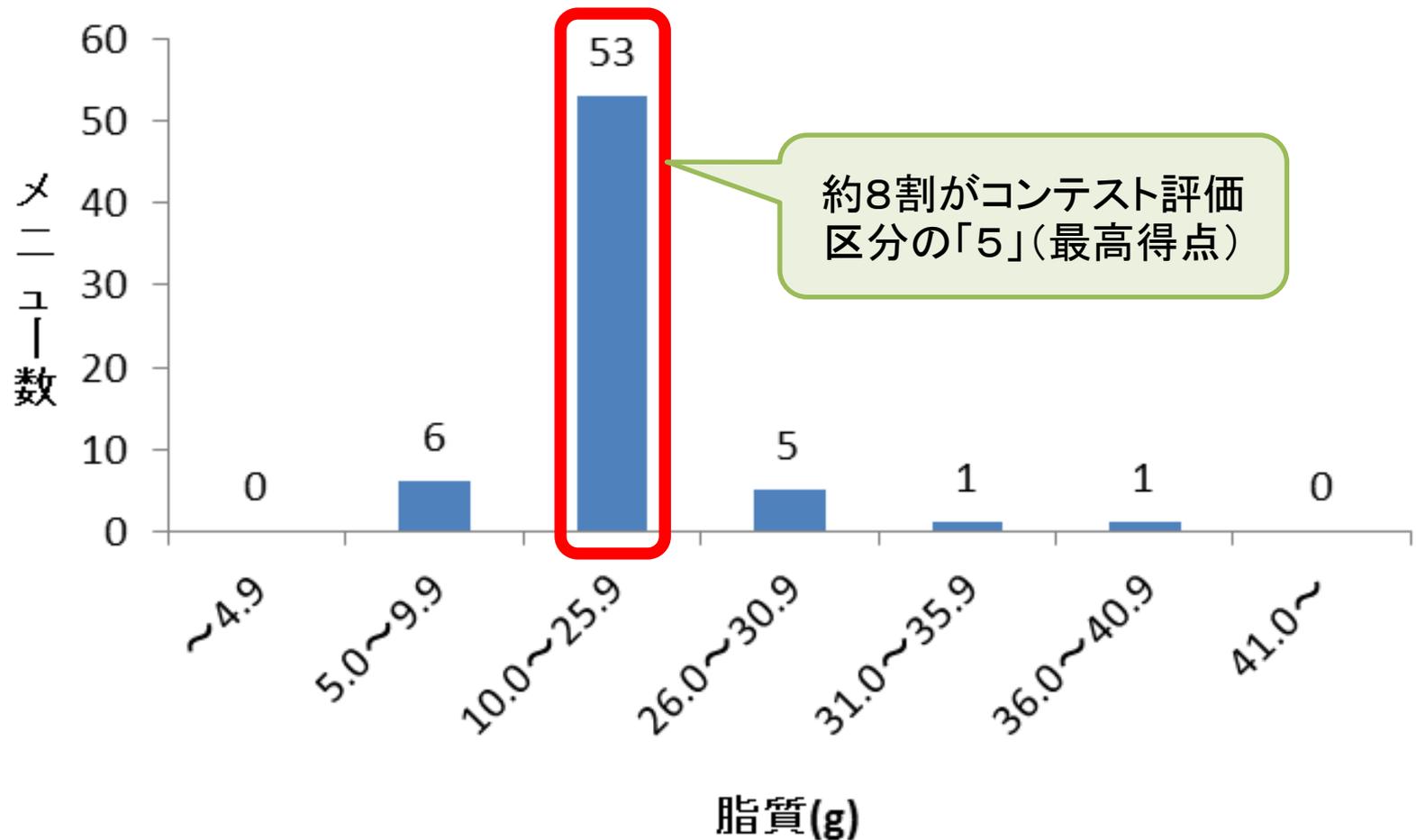


V.O.S.メニュー・脂質の分布

(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・ヘルシー弁当)

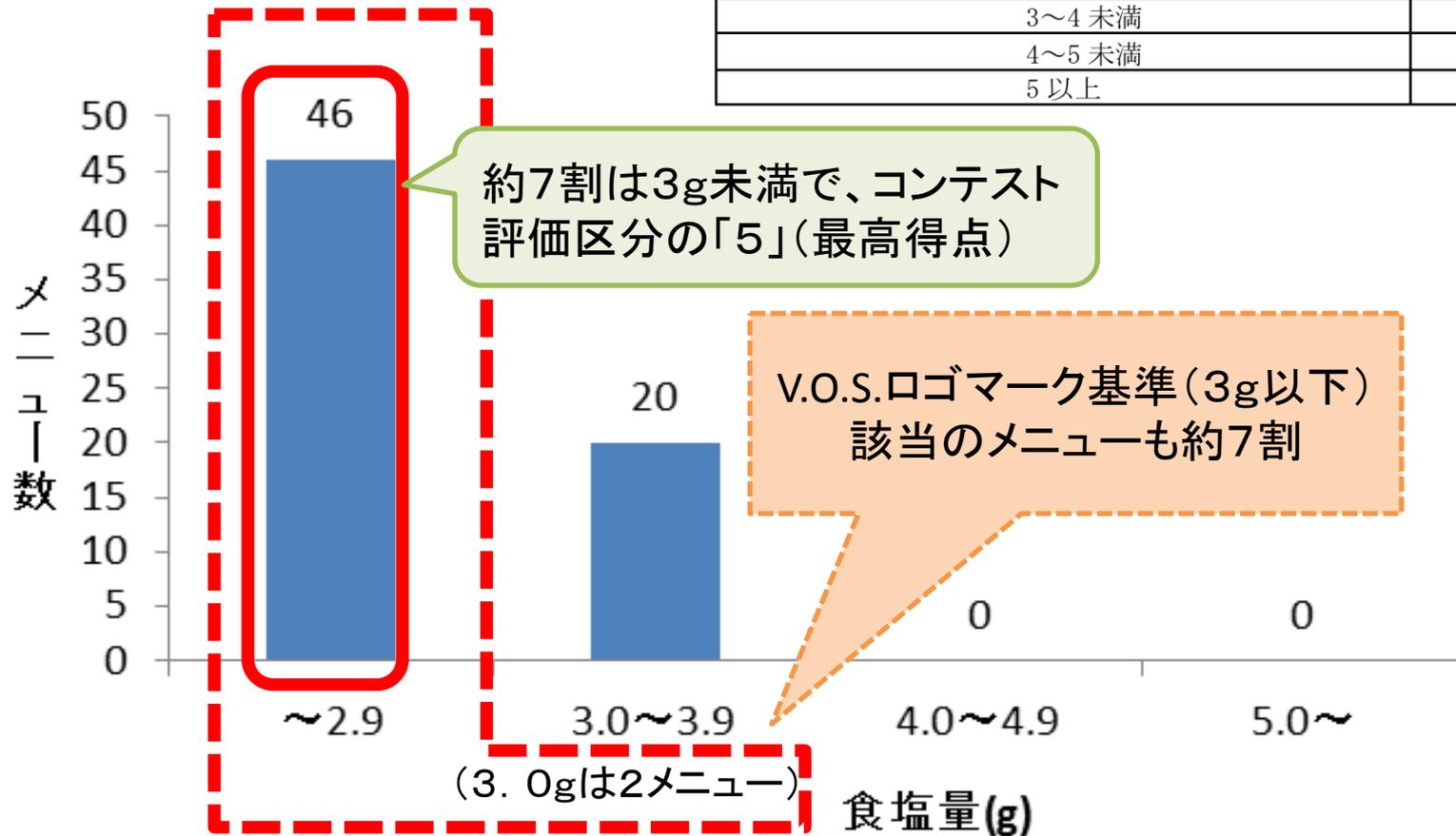
範囲 (g)	評価
10~25	5
5~9 or 26~30	4
0~4 or 31~35	3
36~40	2
41~	1



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(ロゴマーク基準:3g以下)

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.ロゴマーク基準(120g以上)
該当のメニューは9割以上

約7割がコンテスト評価区分の「5」(最高得点)

V.O.S.メニューの基準

野菜たっぷり(V)・・・野菜140g

(ロゴマーク基準: 120g以上)

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 《スライド3～6まとめ》

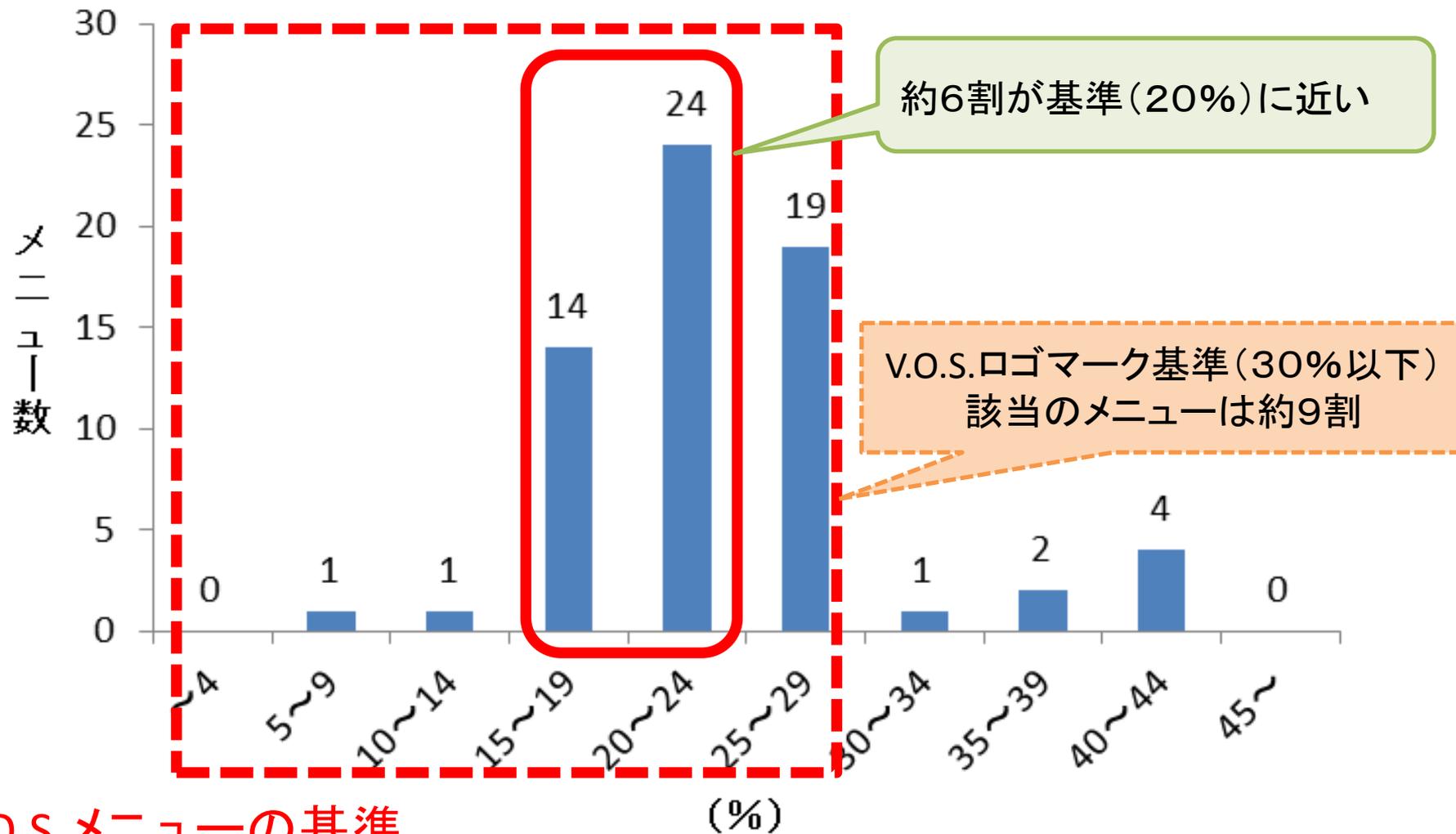
(エネルギー・脂質・食塩量・野菜量の4項目各5点、合計20点満点)

総合得点	メニュー数
15	5
16	5
17	10
18	16
19	13
20	17

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。

脂肪エネルギー比率について

(※V.O.S.メニューとして基準:20%(ロゴマーク基準30%以下)



V.O.S.メニューの基準

適油(O)・・・脂肪エネルギー比率20%

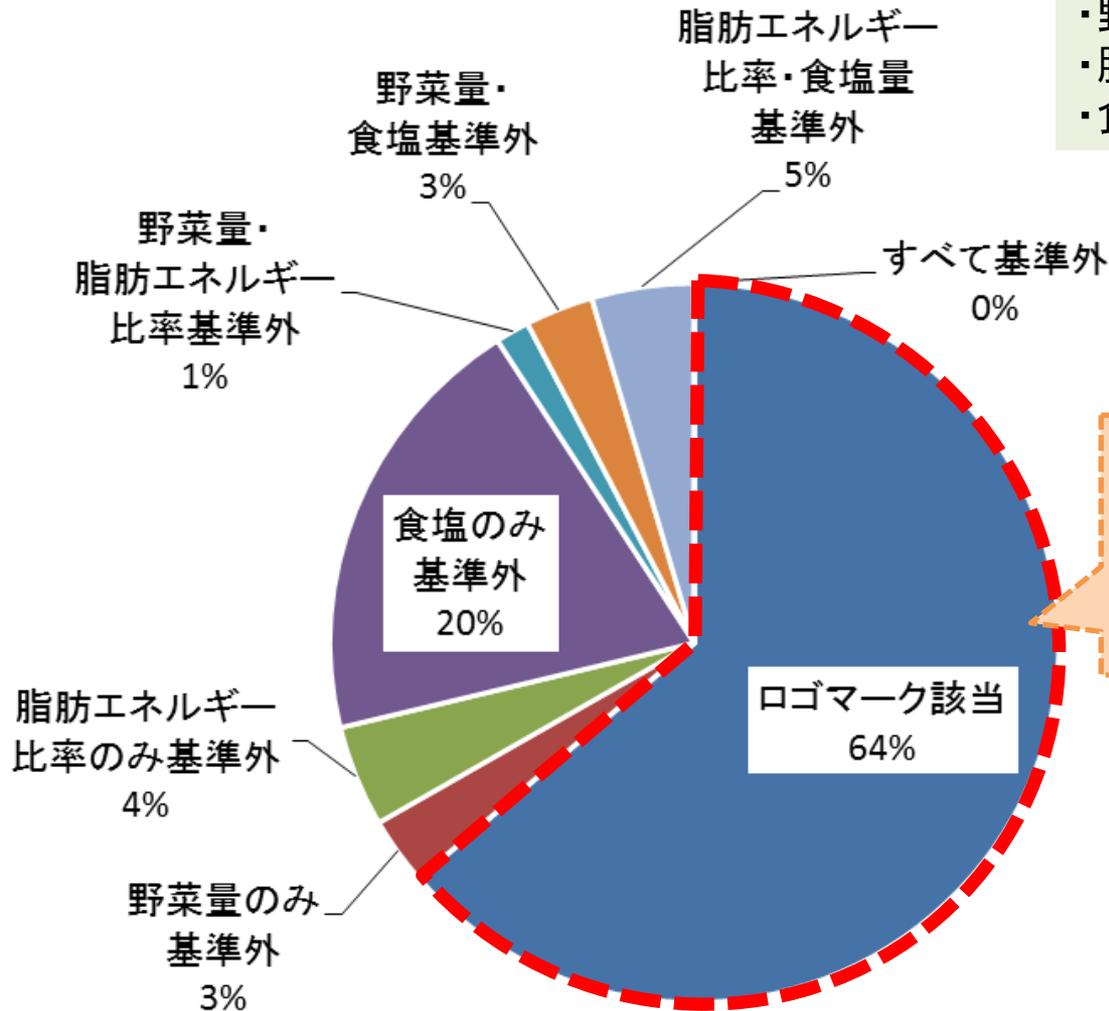
(ロゴマーク基準:30%以下)

V.O.S.ロゴマーク基準該当メニュー数

《スライド5・6・8まとめ》

〈ロゴマーク基準〉

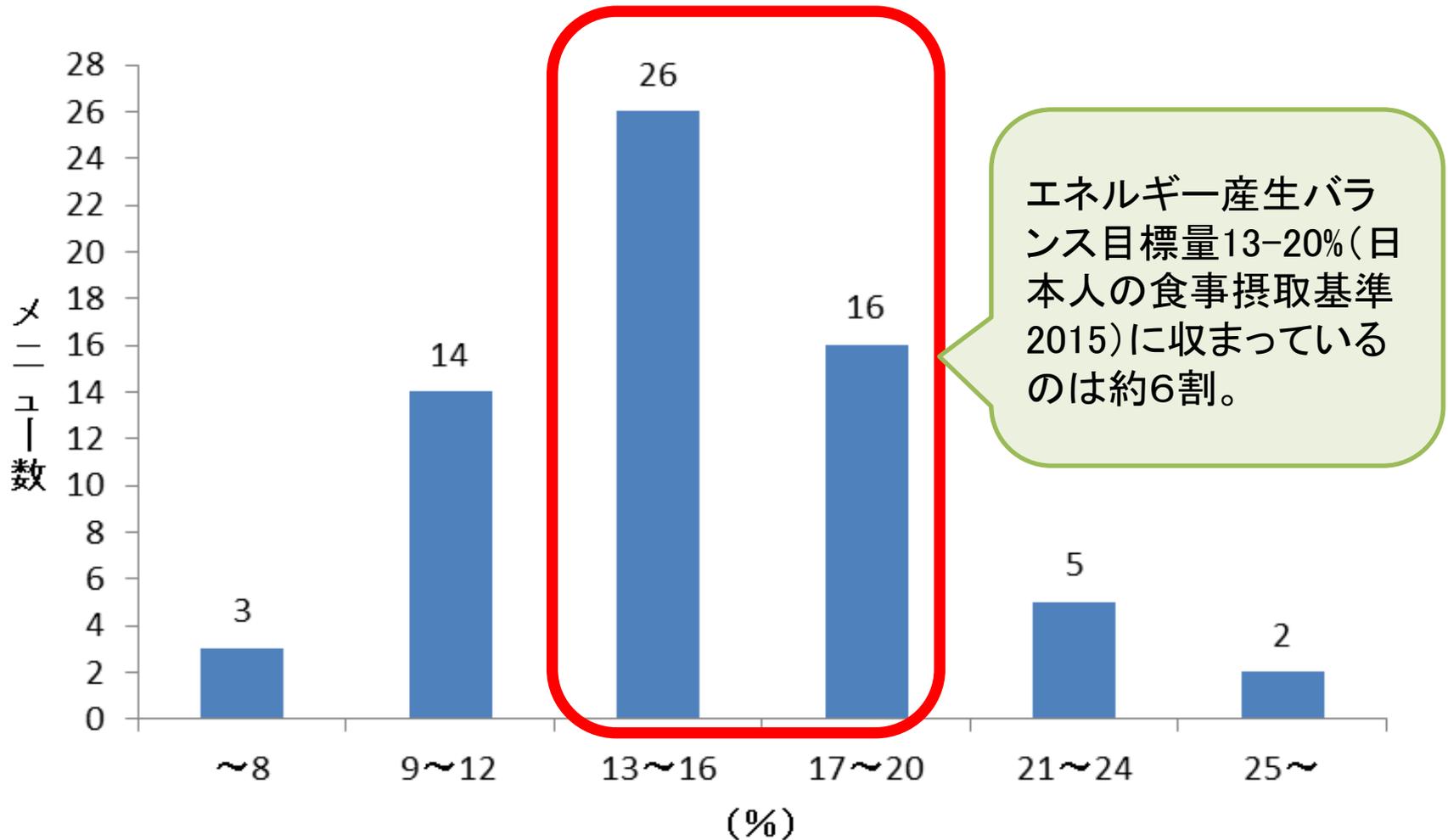
- ・野菜120g以上
- ・脂肪エネルギー比率:30%以下
- ・食塩量:3g以下



V.O.S.ロゴマーク基準すべてに該当しているメニューは約6割

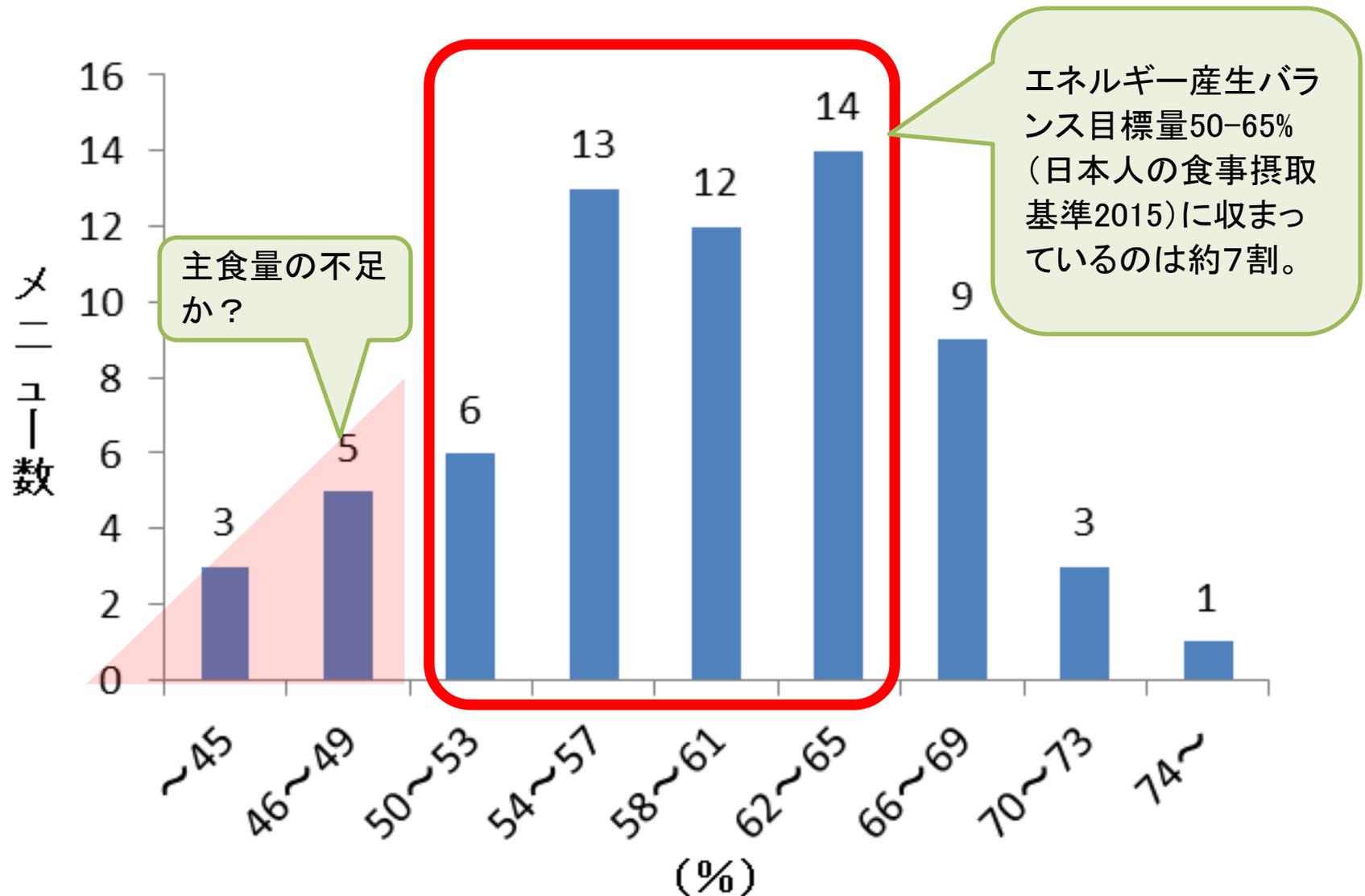
たんぱく質エネルギー比率について

(※V.O.S.メニューとして基準値は無い)



炭水化物エネルギー比率について

(※V.O.S.メニューとして基準値は無い)



平成26・27・28年度 健康的なV.O.S.メニュー栄養成分のまとめ

* ヘルシーメニュー人気コンテスト総合得点の評価について、7割が高得点で、そのまま応募可能。応募メニューをV.O.S.メニューとしてPRすれば、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. ロゴマーク基準について、6割が基準に該当しており、そのままロゴマーク使用可能。それ以外では、食塩の基準を超えるメニューが3割を占めており、食塩摂取を減らす工夫や見直しが必要。

* たんぱく質・炭水化物のエネルギー・産生栄養素バランスは、V.O.S.メニューとして基準は設けられていないが、極端な過剰・不足がないか注意する。