

## 毎月19日は「かがわ食育の日」

### 「1日3食 まず野菜！」食育キャンペーン実施

- 日時 令和2年2月19日（水） 11:30~13:30
- 場所 香川県立中央病院 1階 レストラン ビアンモール
- 主催 香川県立中央病院（栄養部）  
レストラン ビアンモール
- 内容 ①月替わりヘルシーメニューを注文した方
  - ・「三つ星ヘルシーランチ店ガイド book 2019」プレゼント
  - ・ワンドリンク無料サービス（コーヒーまたは紅茶）

\*月替わりヘルシーメニューがなくなり次第、終了します。

②野菜あてクイズ（景品あり）
- その他 駐車料金をご負担ください（30分までは無料）。



#### <2月の月替わりヘルシーメニュー>

- ・ご飯（150g 量は調整できます）
- ・チーズタッカルビ（韓国の焼肉料理）
- ・2種大根のサラダ
- ・具材たっぷり玉子スープ
- ・果物（ヨーグルト&りんご煮）

レストランで提供している月替わりヘルシーメニュー（税込820円）は、三つ星ヘルシーランチメニューとして登録されています。野菜がたっぷり入っており、主食（ご飯の量）の選び方で、1食当たり約500kcal、600kcal、700kcalに調整できます。

#### ★★★ご存知ですか？ 三つ星ヘルシーランチ



#### <三つ星ヘルシーランチ店登録基準>

- ①主食・主菜・副菜が揃っている
- ②エネルギーが1日の必要量の概ね1/3程度
- ③野菜たっぷり（120g以上）
- ④油・砂糖・塩分は控えめ

\*最新情報は、香川県ホームページ  
「かがわの食育 おいしいね！かがわネット」

<https://www.pref.kagawa.lg.jp/kenkosomu/shokuiku/>



当院のレストラン ビアンモールが、この度、香川県の三つ星ヘルシーランチ店に登録されました。