

スマートミールとは

スマートミールとは、健康づくりに役立つ、**栄養バランスのとれた食事のこと。**

1食の中で、**主食・主菜・副菜**が揃い、**野菜たっぷり**で、**塩分の摂り過ぎにも配慮**したメニューです。

スマートミールを継続的に、健康的な環境で提供する店舗や事業所を認証する制度があり、**県庁食堂はあとす。さんが最高ランク☆☆☆**
(星3つ)を獲得されました！

R2.9月より実施スタート！



スマートミールの条件を満たした「**健康日替ランチ**」をぜひご利用ください。

スマートミールを選んだ方は、**スタンプカード**を差し上げます。
スタンプカード5個で小鉢1つ
10個で1食無料に！

スマートミール 利用手順

step1

券売機で「健康日替ランチ」を購入

step2

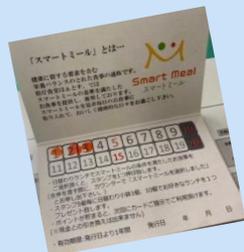
スマートミールの献立と同じ「主菜」、「副菜」2品を選択

step3

カウンターでスタッフに「スマートミールです」と声をかけスタンプをGetしましょう！

step4

主食は「白米」200gをよそって、スマートミールの完成！
*みそ汁はお好みで



★スタンプカードは券売機近くに置いてます！
ご不明な方はお気軽にスタッフへお声かけください。

スタンプ5個

→

副菜1品無料

スタンプ10個

→

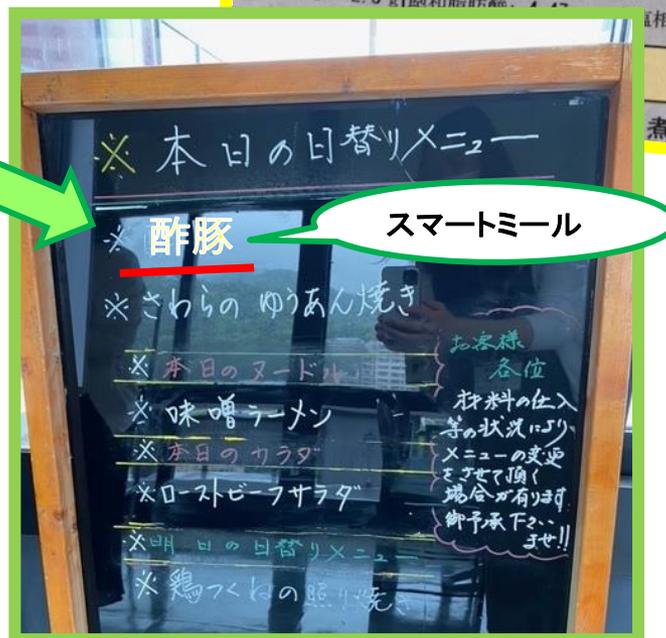
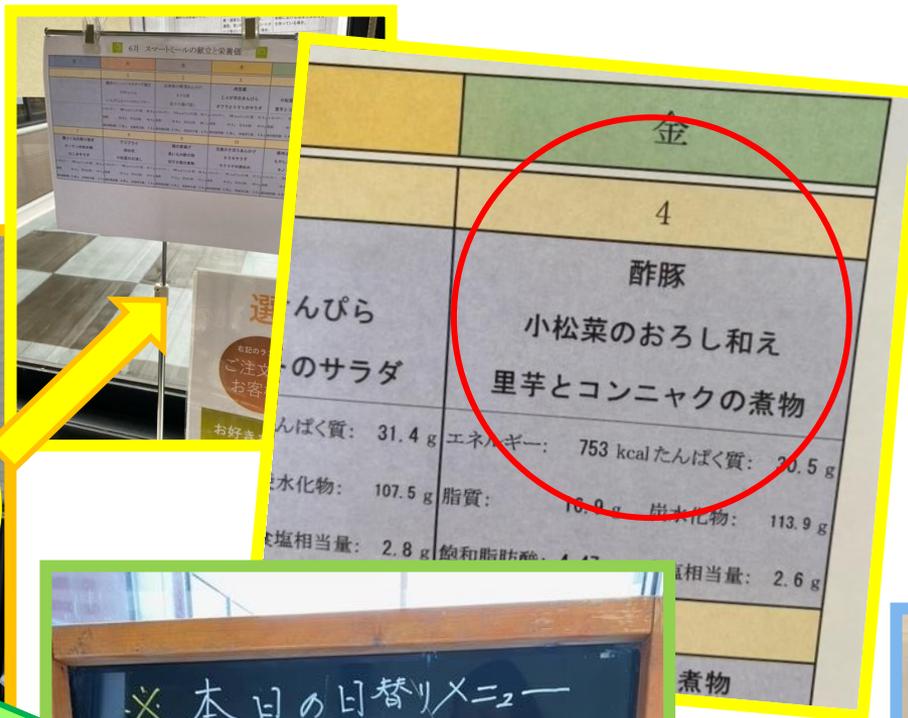
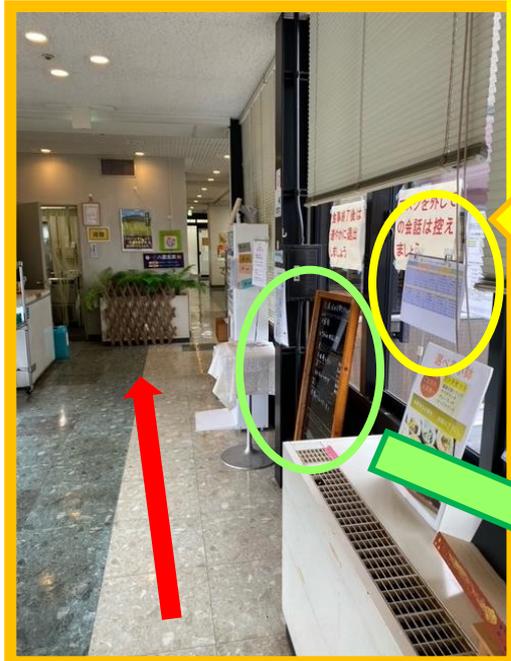
1食無料



step 1

券売機で「健康日替ランチ」を購入

①今日のスマートミール献立をチェック!



*メニューボードでも
主菜を確認できます

②健康日替ランチを購入

Step2・3

スマートミールの献立と同じ「主菜」、「副菜」2品を選択

①主菜をセレクト



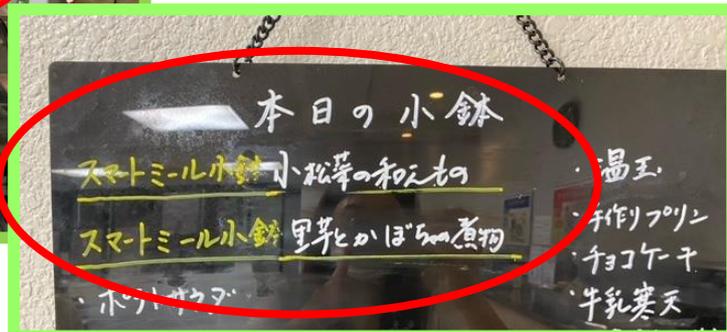
②副菜2品をセレクト

※ポイント

温小鉢の場合は
台の上に乗っている
のがスマートミール!



③カウンターで「スマートミールです」とお声かけください。



*ここでも、スマートミールの副菜が確認できます!

step4

主食は「**白米**」**200g**をよそって、スマートミールの完成！
*みそ汁はお好みで



スマートミールの献立は「白米」200gで完成となります。

完成!

主食

副菜

主菜



「栄養バランスが気になる」、「体重増加や血圧が気になる」
「野菜をたくさん食べたい」など、あなたの希望に答えます！

