

令和7年度 最上傳承野菜を使った 「おいしい適塩ランチ」第2弾の実施について

最上地域は県内でも食塩摂取量が多く、胃がんや脳血管疾患の死亡率が高いことから、減塩でもおいしく食べる工夫をお知らせし、健康的な食生活を実践していただくきっかけとするため、最上総合支庁オリジナル「おいしい適塩ランチ」第2弾を実施します。

今回の適塩ランチでは、真室川町の有限会社庄司製麺工場さんに特別に開発していただいた食塩0gうどんを使用し、また、トッピングには最上傳承野菜である「畑なす」「勘次郎胡瓜」を使用し、夏にぴったりのサラダうどんを提供します。

より多くの方にご利用いただきたいので、試食会及び当日の取材等について宜しくお願ひします。

記

- 提供日及び提供店舗**

令和7年8月19日(火) 午前11時30分から午後2時
(令和2年度から山形県では毎月19日は「減塩・野菜の日」に設定)
最上総合支庁食堂(1階) お食事処「千起(せんき)」
◇試食会を8月5日(火) 午前11時45分頃から開催します。
・場所: 最上総合支庁北棟 調理・加工研修室
・試食を希望される場合は事前に御連絡ください。当日700円徴収いたします。
- 献立内容**

・サラダうどん ・かぼちゃとさつまいものヨーグルトソース ・フルーツ
※変更になる場合もあります。
- 特徴**

①栄養成分の基準: [食塩相当量] 食塩2.5g以下(1日の摂取目標量※1の1/3量以下) [エネルギー量] 600キロカロリー程度
②野菜使用量: 180g以上(おおよそ1日の摂取目標量※2の1/2量)
③果物: 50g程度使用(最上地域は果物の摂取量が少ない)
(参考) ※1 食塩8g/日(県の目標値。最上地域は10.9g)
※2 野菜350g/日以上(国の健康日本21(第3次)及び県の目標値)
- 提供数** 150食(なくなり次第終了です。)
- 提供価格** 700円(税込み)
- その他** 今年度は、11月、3月のあと2回を予定しています。



担当 保健福祉環境部 地域健康福祉課
健康増進主幹 有海 電話 0233-29-1064
産業経済部 農業振興課
課長補佐 大沼 電話 0233-29-1314