

健康づくり応援団 「ちゃんとバランス」新規申請書

申請者			
店舗名	ほいっぷれすとらん		
代表者	豊橋太郎	担当者	豊橋花子
TEL	0532-39-〇〇〇〇	e-mail	kenkouzoushin@city.toyohashi.lg.jp

料理名
ほいっぷ定食

料理写真
・写真を添付してください ・電子申請の場合は、申請後に届く自動返信メールの案内に従って、ご提出ください。

内容			チェック欄
①主食の量	ごはん パン 麺	150 g ～200 g 程度 6枚切り1枚～1枚半程度 乾麺70 g ～100 g 程度	✓
②主菜の量	肉、魚、 大豆製品 卵	いずれか、または組み合わせて70 g 以上使用	✓
③野菜の量	100 g 以上（きのこ、海藻を含む）		✓
④栄養バランス	①～③が揃っている		✓

確認事項	チェック欄
広報の同意：上記メニューを「ちゃんとバランス」として認証された場合、ホームページやSNS等で広報することに同意する。	✓