

やちよ元気UP 応援店に行ってみよう！

ふだんの食事で、自然に健康的な食生活を送ることができる環境づくりを目指して、市内の飲食店と協力して「やちよ元気UP 応援店」を11月30日(日)まで開催しています。登録店舗に足を運んで、健康的でおいしいメニューをぜひ召し上がってください。



やちよ元気UP 応援店とは？

健康に配慮したメニューを提供し、市民の健康づくりを応援しているお店です。登録メニューは、**ベジタブル部門**と

して、1食で120g以上の野菜を使用している**ベジ盛り**、1品で70g以上の野菜を使用している**ベジプラス**、**ヘルシー部門**として、1食分に主食・主菜・副菜がそろっている**バランスメニュー**、減塩調

味料を使用している、または麺類の汁を薄味にできる**減らしおオーダー**です。各店舗の登録メニューは市ホームページをご確認ください。お問い合わせは、健康づくり課☎483-4646へ。



▲市ホームページ

1 cafe hiyori (hiyori ごはん)

2 インド・ネパールレストラン自然 (B セット (ランチ))

3 味の民芸 八千代店 (長崎ちゃんぽんうどん各種)

4 栄香楼 (麻婆冷麺)

5 cafe-imoan (野菜サンド)

6 酒場そらまめ (今日の刺身定食)

7 蕎麦セイジ (野菜うどん)

8 Tom's Cafe (ソースが選べるチキンソテー)

9 和洋創作 楓花 (肉定食)

10 TANDI GA TANDI (シンガポールチキンライス)

11 ていだまちテラス (生ハムとクリームチーズ米粉のガレット)

12 トラネコーヒー (トラネ日替健康プレート)

13 東葉店 八千代緑が丘駅

14 おうちごはん光里 (光里御膳)

15 長寿食堂かぐれ (かぐれ玄米御膳)

16 レストラン Hiro (牛ほほ肉シチューランチセット)

17 お好み焼き みいちゃん (豚ねぎ焼き 豚玉そば入り)

18 葉菜 (はな) (ベジタリアンミールズ)

19 FARM BOX CAFE (日替り) (一社) 八千代市観光協会提供

20 ペルフェクト [PERFECTO] (ダブルエッグレモンダール)

21 ロス・アンジェルス (季節の野菜を使った煮込みハンバーグ)

広告

広告