

減塩で健康生活

1日当たりの食塩摂取量

現状 9.7 g



目標 7.0 g未満

出典：第4次大阪府食育推進計画

大阪府では、

V.O.S.メニューを推進しています！

(大阪府が定める野菜・油・塩の基準を満たす、主食とおかずを組み合わせたメニューです。)



V.O.S.メニュー：基準をすべてを満たすもの
プレV.O.S.：基準のいずれかを満たすもの

V：野菜(Vegetable)

120 g 以上

(きのこ・海藻含む。
いも類は含まない)

S：適塩(Salt)

食塩相当量

3.0 g 以下

O：適油(oil)

脂肪エネルギー比率

30% 以下



V.O.S.メニュー
ロゴマーク



プレV.O.S.
ロゴマーク

おいしく減塩



香辛料・香味野菜 を使って



酸味 を使って

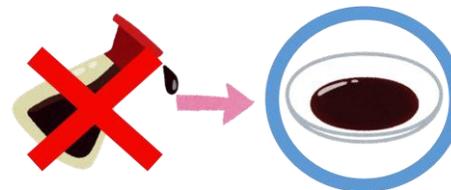


香りも
楽しめる♪

だし を使って



食べ方 を工夫して



「かける」より「つける」



汁を残す

9月は健康増進普及月間・食生活改善普及運動月間

食べて元気に！ 令和7年8月19日(火)～9月30日(火)

#VOS野菜たっぷり キャンペーン

大阪府が定める**油**・**塩**の基準を満たす

プレV.O.S.を提供！



©2014 大阪府もずやん

営業時間 10:00～無くなり次第終了

定休日 不定期

電話番号 072-895-7861

メニューの内容は、仕入れ等の状況により、変更がある場合があります。

野菜と魚介の旨味がたっぷり！



五目中華丼



フレンドマート交野店で販売中！

キャンペーンの詳細は、大阪府四條畷保健所ホームページやSNSをご覧ください。



保健所ホームページ



SHIJONAWATEHOKENJU

共催：交野市医療保険課・高齢介護課・健康増進課、大阪府四條畷保健所、フレンドマート交野店

③