

山形市SUKSK(スクスク)メニュー認定 健やかベジランチ



写真は1例メニューです。

①～③の全ての基準を満たした
SUKSK 三ツ星メニュー



① 食塩控えめ

1食あたり食塩 3.5g 未満



② 野菜たっぷり

1食で緑黄色野菜を含む2種類以上の
野菜が140g 以上



③ 栄養バランス

「主食」+「主菜」+「副菜」

※献立内容や栄養成分、山形市 SUKSK メニューの基準
の詳細はカフェ内の表示をご覧ください。

提供店「カフェ・マルマーレ」矢吹病院内

SUKSK 三ツ星メニューは、山形市 SUKSK メニューの3つの基準を全て満たすメニューです。

健やかベジランチは、食塩控えめで、季節の野菜をたっぷり使い、栄養バランスや味付けも考慮したメニューです。

山形市

山形県栄養士会監修 令和7年10月作成