

KOMATSUヘルシー食堂チェックリスト

			事業所名		工場
			回答者名		
No.	項目	内容	既の実施している	優先的に取り組む	将来的に取り組む
【Basic】ヘルシーメニューを提供する					
1	カロリー	1食あたり①450～650kcal未満、②650～850kcalの2段階の設定がある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	組み合わせ	料理の組み合わせは、「主食+主菜+副菜」パターン、「主食+副食(主菜、副菜)」パターンの2パターンである	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	PFCバランス	たんぱく質13～20%E、脂質20～30%E、炭水化物50～65%Eの範囲に入る	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	野菜等	野菜など(野菜、きのこ、海藻、いも)の重量は、140g以上である	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	食塩	食塩相当量が①3.0g未満、②3.5g未満である	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6		牛乳・乳製品、果物が含まれている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
【Basic】ヘルシーメニューを選びやすくする					
7	情報提供	ヘルシーメニューの情報を提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	プロモーション	ヘルシーメニューに「おすすめ」と表示するなど、選択時にプロモーションされていることがわかる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	栄養情報	ヘルシーメニューの選択に必要な栄養情報等を、食堂内、掲示板等メニュー選択時にわかるよう提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	説明者	ヘルシーメニューを説明できる人が食堂内にいる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
【Basic】健康な食堂を管理する					
11		管理栄養士・栄養士がヘルシーメニューの作成・確認に関与している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12		食堂内禁煙である	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
【Advanced】より質の高いヘルシーメニューを提供する					
13		ヘルシーメニューの主食が週3日以上、精製度の低い穀類を含む	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14		マンナンヒカリを利用した主食を提供する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15		健康米を提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16		麦ごはんを提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17		主食量を、選択または調整できる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18		ヘルシーメニューの主菜の主材料として、週3日以上、魚を提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19		ヘルシーメニューの主菜の主材料として、週3日以上、大豆・大豆製品を提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20		ヘルシーメニューが1日2種以上ある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21		メニューに漬物や汁物をつけないことができる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22		ソースやマヨネーズなどの調味料を別添えて提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23		野菜70g以上のメニューを提供している(サラダバーを含む)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24		牛乳・乳製品を提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25		果物を提供している(シロップづけを除く)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26		減塩の調味料を提供している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27		ヘルシーメニューの小鉢(副菜)を2つにする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28		疾病対策メニューを提供する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29		ヘルシーメニューの調味料をかけた状態で提供する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
【Advanced】より質の高いヘルシーメニューを選びやすくする					
30		ヘルシーメニューの主食の選択肢として、精製度の低い穀類を提供していることがメニュー選択時にわかる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31		主食量を、選択または調整できることがメニュー選択時にわかる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32		主食量を選択する際に、手前が小盛になるよう陳列する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33		ヘルシーメニューに、栄養成分表示(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量)を示している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34		ヘルシーメニューの栄養成分表示に、飽和脂肪酸の量を示している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35		ヘルシーメニューを選択するためのインセンティブがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36		メニューに漬物や汁物をつけないことができ、メニュー選択時にわかるように表示している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37		卓上に調味料を置いていない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38		ヘルシーメニューの主菜を選択できる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39		調味料(ドレッシングなど)の先端に、少量づつでるようなキャップを装着	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40		ドレッシングのカロリー・塩分(大さじ1の)を表示している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41		健康な食事に関する健康パネルなどを掲示する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42		ヘルシーメニューのお皿をおしゃれなものにする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43		曜日により野菜多めなど、メニューに変化をつけている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44		麺類やカレーコーナーに野菜小鉢を選択しやすい環境にする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
【Advanced】よりレベルの高い食堂の管理、改善を行う					
45		食環境改善のための会議等を定期的で開催している	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46		従業員に対し、事業所(会社)から食費の補助がある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

いずれかの項目に☑