

(公社)青森県栄養士会 減塩レシピ募集要項

献立部門(1食分)または料理部門(1品)の減塩レシピを募集します。応募数に制限は、ありません。多数の応募をお待ちしています。

応募者資格

- ・ 応募者は(公社)青森県栄養士会会員に限る。

減塩レシピの条件

- (1) 以下の栄養量を満たしていること。
 - ・ 食塩 献立部門 2.5g以下、料理部門 1g未満
- (2) 一般家庭でも取り入れやすい食材を使用していること。
- (3) 減塩調理の工夫がされていること。
- (4) おいしさを高める工夫がされていること。
- (5) 他のコンクールに応募していない応募者のオリジナルレシピであること。

(現在給食に提供しているレシピでも可。ただし、本人が考案したレシピであること。)

応募方法

- ・ 応募用紙(Excel ファイル)に必要事項を記入し、所定の位置に作品の写真(画像 サイズ 500KB以下)を貼付の上、青森県栄養士会までメールまたは、郵送にてご応募ください。
- ・ 応募作品は、青森県栄養士会の減塩活動に使用させていただく予定です。また、レシピ集を作成し、会員に配布する予定です。あらかじめ、ご了承ください。

発表および審査方法

- ・ 応募作品は、減塩レシピ集を作成し、総会誌と一緒に全会員に送付します。
- ・ 審査は、3月の減塩プロジェクト会議で行い、優秀賞は、総会で表彰します。