

「健康な食事・食環境」認証制度
応募事例集（2024・第8回版）
－給食部門－

Smart Meal
スマートミール

一般社団法人日本給食経営管理学会
スマートミール評価検討委員会

どこでも、誰でも、栄養バランスの良い食事 が選べる社会をめざして



Smart Meal

スマートミール

「健康な食事・食環境」認証制度

スマートミールとは？

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。
つまり一食の中で、**主食・主菜・副菜** が揃い、
野菜がたっぷり **食塩** のとり過ぎにも配慮した
食事のことです。



外食部門



給食部門

「健康な食事・食環境」認証制度とは？

スマートミールを外食・中食（持ち帰り弁当）・
事業所給食で、継続的に、健康的な環境で
提供する店舗や事業所を認証する制度で
2018年度から開始しました。

認証基準は、必須項目とオプション項目があります。栄養・健康科学に関連する
12学会等でコンソーシアムを形成し、審査・認証を行います。

健康な食事・食環境コンソーシアム 認証審査委員会

2023年8月現在

日本栄養改善学会・日本給食経営管理学会
日本高血圧学会・日本糖尿病学会・日本肥満学会
日本公衆衛生学会・健康経営研究会・日本健康教育学会
日本腎臓学会・日本動脈硬化学会・日本補綴歯科学会
日本がん予防学会



中食部門



コンソーシアムは、厚生労働省「スマート・ライフ・プロジェクト」の登録団体として、皆さまの健康づくりを応援します。

賢く食べて健康に！

2023.8 | 版

「健康な食事・食環境」認証基準

店舗や事業所の認証基準は以下のとおりです。

- ・必須項目を満たす場合 ★
- ・必須項目に加え、オプション項目が5項目以上つく場合 ★★
- ・必須項目に加え、オプション項目が10項目以上つく場合 ★★★

のつく店舗として認証します。

	カテゴリー	項目
必須項目	「スマートミール」の基準	1 スマートミール(基準に合った食事)を提供している
		2 スマートミールの情報を提供している
	「スマートミール」のプロモーション	3 スマートミールに「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
		4 スマートミールの選択に必要な栄養情報等を、店内、カタログ、注文サイト等メニュー選択時にわかるよう提供している
	「健康な食事・食環境」の運営体制	5 スマートミールを説明できる人が店内にいる
		6 管理栄養士・栄養士がスマートミールの作成・確認に関与している
		7 店内禁煙である

	カテゴリー	項目	
オプション項目	「スマートミール」の展開	8 スマートミールの主食として、週3日以上、精製度の低い穀類を提供している	
		9 スマートミールの主食として、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	
		10 スマートミールの主食量を、選択または調整できることがメニュー選択時にわかる	
		11 スマートミールの主菜の主材料として、週3日以上、魚を提供している	
		12 スマートミールの主菜の主材料として、週3回以上、大豆・大豆製品を提供している	
		13 スマートミールに、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	
		14 スマートミールの栄養成分表示に、飽和脂肪酸の量を示している	
		15 スマートミールが1日2種類以上ある	
		16 スマートミールを選択するためのインセンティブがある	
		26* スマートミールの食塩相当量は、1食「ちゃん」とは2.5g未満、「しっかり」は3.0g未満である	
		「健康な食事・食環境」の推進	17 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
			18 ソースやマヨネーズなどの調味料を別添えで提供している (給食部門は対象外)
			19 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)
			20 牛乳・乳製品を提供している
	21 果物を提供している(シロップづけを除く)		
	22 減塩の調味料を提供している		
	23 卓上に調味料を置いていない		
	24 食環境改善のための会議等を定期的開催している		
	25 従業員に対し、事業所(会社)から食費の補助がある		

* 八訂で計算した「しっかり」の620~650kcal未満の場合は、食塩相当量2.5g未満で該当します。



スマートミールとは？

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと。
つまり一食の中で、**主食・主菜・副菜**が揃い、**野菜**がたっぷり
食塩のとり過ぎにも配慮した食事のことです。

スマートミールの基準	【ちゃんと】 450～650kcal 未満	【しっかり】 650～850kcal 八訂の場合 620～850kcal
Smart Meal スマートミール	☆ 栄養バランスを考えて「ちゃんと」 食べたい女性の方向け	☆ 栄養バランスを考えて「しっかり」 食べたい男性や女性の方向け
	(飯の場合)	(飯の場合)
主食 飯、パン、めん類	150～180 g(目安)	170～220 g(目安)
主菜 魚、肉、卵、大豆製品	60～120 g(目安)	90～150 g (目安)
副菜 野菜、きのこ、海藻、いも	140g 以上	140g 以上
食塩相当量	3.0g 未満	3.5g 未満

厚生労働省の「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」等に基づき基準を設定しています。

スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。
健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、
積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。
また、現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

スマートミールの審査・認証は、以下の学会等で構成される
「健康な食事・食環境」コンソーシアムが行っています。

コンソーシアム参加団体

日本栄養改善学会	日本給食経営管理学会	日本高血圧学会	日本糖尿病学会
(世話役)	(副世話役)		
日本肥満学会	日本公衆衛生学会	健康経営研究会	日本健康教育学会
日本腎臓学会	日本動脈硬化学会	日本補綴歯科学会	日本がん予防学会

スマートミールの基準

スマートミールとは、健康に資する要素を含む栄養バランスのとれた食事の通称です。スマートミールの基準は、厚生労働省の「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」(平成 27 年9月)を基本としています。その他、食事摂取基準や健康な食事に関する研究結果(エビデンス)を参考にしています。



厚生労働省の「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」等に基づき基準を設定しています。

スマートミールの基準		ちゃんと	しっかり *1
		450~650kcal未満	650~850kcal (八訂の場合、620~850kcal)
		☆栄養バランスを考えて 「ちゃんと」食べたい一般女性の方向け	☆栄養バランスを考えて 「しっかり」食べたい男性や女性の方向け
主食	飯、パン、めん類	(飯の場合)150~180g(目安)	(飯の場合)170~220g(目安)
主菜	魚、肉、卵、大豆製品	60~120g(目安)	90~150g(目安)
副菜	野菜、きのこ、 海藻、いも	140g以上	140g以上
食塩相当量		3.0g未満	3.5g未満

*1 2023年度申請より、**しっかりのエネルギーの基準(下限のみ)が変更**になりました。
ただし、日本標準食品成分表(七訂)を用いて栄養計算をする場合は、従来通りの基準(650~850kcal)です。
→詳しくはこちらへ(<https://smartmeal.jp/>)

1	エネルギー量は、 1食当たり450~650 kcal未満(通称「ちゃんと」と、650~850 kcal(通称「しっかり」)の2段階とする。 ※ただし、日本食品標準成分表2020年版(八訂)で、栄養計算を行う際の「しっかり」のエネルギー量の基準は、 620 kcal~850 kcalになります。
2	料理の組み合わせの目安は、 ①「主食+主菜+副菜」パターン ②「主食+副食(主菜、副菜)」パターンの2パターンを基本とする。
3	PFCバランスが、食事摂取基準2020年版に示された、18歳~49歳のエネルギー産生栄養素バランス (PFC%E; たんぱく質13~20%E, 脂質20~30%E, 炭水化物50~65%E)の範囲に入ることとする。
4	野菜等(野菜・きのこ・海藻・いも)の重量は、140g以上とする。
5	食塩相当量は、「ちゃんと」3.0 g未満、「しっかり」3.5 g未満とする。
6	牛乳・乳製品、果物は、基準を設定しないが、適宜取り入れることが望ましい。
7	特定の保健の用途に資することを目的とした食品や素材を使用しないこと。

スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。また、現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

応募から承認までの流れ



<https://smartmeal.jp/cn3/pg2014.html#koshin>

- ・認証の給食施設 ⇒ 事業所・大学・寄宿舍・寮
病院や高齢者施設は、個別の栄養管理を必要とするため、
該当しない。
- ※ビュッフェ方式 ⇒ 認証の**対象外**である。
- ※カフェテリア方式 ⇒ 「健康な食事」の基準を満たした組み合わせサンプルが
毎日提示してあること、かつ、その組み合わせサンプルが
確認できる仕組み(3日以上、年に2回以上)をもっていれば
認証の対象となる。

認証の特徴

- ・取り組みレベルにあわせて段階を設けている。(★/★★/★★★)
- ・セルフチェックを可能とした継続的な取り組みを維持するもの。
- ・食事だけでなく、健康な食環境*も認証の対象である。
*スマートミールの説明ができる人が店内にいることや、
店内禁煙など、喫食者の健康増進に資する環境を提供する施設を意味します。
- ・現地審査は、なし。(ただし、適宜問い合わせは有り。)
- ・認証には以下の審査料がかかる。
 - ・中小企業および小規模事業者：1件当り 5,000円(税込)
 - ・それ以上の規模の事業者(大企業)：応募又は更新1件当り 10,000円(税込)
 - ・一括申請の場合、審査料は応募1件あたりの費用になります。
(一括申請が可能なのは、給食受託会社が同じであり、申請するオプション項目が
同一の場合に限ります。認証書の発行も1枚になります。)
- ・認証証が発行される。
- ・認証期間は**2年間**(認証を受けてから)である。
- ・認証マークは、**プロモーションに自由使用可**である。

応募の流れ・準備

応募の流れ

- I. 「必須項目」を満たすか（応募可能か）自主確認
- II. クライアント様への認証制度の概要説明（同意を得る）
- III. オプション項目の確認
- IV. 応募書類の送付（Web申請）

応募の準備

次ページ以降に応募時のポイント(事例)を示す。
(参照: 必須項目=9-26ページ、オプション項目=30-59ページ)

①はじめに『応募要項』を確認しましょう。

HPよりダウンロードできます。

→https://smartmeal.jp/_src/15417/ouboyoko202318.pdf?v=1702859168490

②本事例集の『 審査員はここを見ている◎』では、審査員が注視しているポイントを示しています。（ポイントになる部分に、マーク(◎)を付けています。）ポイントを確認しながら、応募書類を作成しましょう。

③本事例集では、過去の審査を踏まえ、項目ごとに事例を掲載しています。各項目のポイントや注意点を確認しながら、根拠資料を作成しましょう。

◎ 炊飯前の米の重量と、炊飯後の飯の重量がわかる。
◎ 精製度の低い穀類の配合割合が、2割程度(2割)ある。

十六穀ごはん (150g)	米 十六穀米	56 14	200 52	3.4 1.7	0.5 0.7	43.5 9.7	0.0 0.0	
			613	25.5	18.4	83.9	◎ 0	154.0
				16.8%	27.0%	56.3%		
			450~ 650kcal 未満	12~ 20%/E	20~ 30%/E	50~ 65%/E	3.0g未満 (1.5g未満)	140g以上

十六穀米を提供している。

スマートミール(しっかり) 蒸し鶏のなめこおろし						
C定食						
社内価格						
社外価格						
エネルギー	たんぱく質	脂質	飽和脂肪	炭水化物	食塩相当量	野菜量
709	34.9	19.5	3.3	105.3	3.4	154

◎ 正しい記載順(エネルギー、たんぱく質、脂質、飽和脂肪酸、炭水化物、食塩相当量、野菜量)で示されているが、**栄養成分表示をしている項目の単位も必要。**

④応募書類の準備で、困りごとが生じた際には、『Q&A』や『よくあるミス』も参照してください。

HPよりダウンロードできます。

・Q&A→https://smartmeal.jp/_src/16640/QA20231213r_.pdf?v=1702858691641

・よくあるミス→<https://smartmeal.jp/cn3/pg2014.html#ouboyoshiki3>

I. 「必須項目」を満たすか（応募可能か）自主確認

7つの必須項目を満たすかを確認しましょう。

	カテゴリー	確認	項目
必須項目	「スマートミール」の基準	1	スマートミール(基準に合った食事)を提供している スマートミールの基準 <input type="checkbox"/> 「ちゃんと」または「しっかり」を毎日提供している <input type="checkbox"/> 主食、主菜、副菜が揃っている <input type="checkbox"/> 汁物は、付けなくてもよい <input type="checkbox"/> 野菜、きのこ、海藻、いもが、1食当たり140g以上ある <input type="checkbox"/> PFCバランスが毎食、基準内である。 (PFCバランス=P13-20%E : F20-30%E : C50-65%E) <input type="checkbox"/> 食塩相当量が毎食、基準内である (ちゃんと3.0g未満、しっかり3.5g未満)
		2	スマートミールの情報を提供している
	「スマートミール」のプロモーション	3	スマートミールに「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
		4	スマートミールの選択に必要な栄養情報等を、店内、カタログ、注文サイト等メニュー選択時にわかるよう提供している
	「健康な食事・食環境」の運営体制	5	スマートミールを説明できる人が店内にいる
		6	管理栄養士・栄養士がスマートミールの作成・確認に関与している
		7	店内禁煙である

●給食部門では、『1つの定番メニュー』での応募はできません。

●申請には、「様式3」および「提示されたメニューの栄養量の根拠」となる資料が必要です。

●日替わりでは5日分、週替わりでは4週間分、月替わりでは連続4ヶ月分のメニューが必要です。

□ 必須項目1

スマートミール(基準に合った食事)を提供している

- エネルギー量 : 「ちゃんと」450~650kcal未満
「しっかり」650~850kcal(七訂)、620~850kcal(八訂)
- 食塩相当量 : 「ちゃんと」3.0g未満、「しっかり」3.5g未満
- 野菜等(野菜、きのこ、海藻、いも)重量 : 140g以上
- PFCバランスが基準内であること。(P13-20%E、F20-30%E、C50-65%E)
- 特定の保健の用途に資することを目的とした食品や素材は使用しない。
(減塩しょうゆや減塩みそは、使用可。「マンナンひかり」は、使用不可。)

補足

- ・PFCバランスの計算は使用する栄養成分表(七訂又は八訂)で異なります。
 - 【七訂】 $100\%E - (\text{たんぱく質のエネルギー比率} + \text{脂質のエネルギー比率})$
 - 【八訂】 $100\%E - (\text{アミノ酸組成によりたんぱく質(またはたんぱく質)のエネルギー比率} + \text{脂肪酸のトリアシルグリセロール当量(または脂質)のエネルギー比率})$
- ・記載時は小数第一位を四捨五入し、**整数**で記載します。

【根拠資料】

- ① 様式3
- ② 様式3に示したメニューの栄養量の根拠(使用材料及び使用重量が示された栄養計算結果)
- ③ メニューの画像(写真)



栄養計算の方法

七訂または八訂のどちらで計算したかを示してください。

項目	基準・目安	メニュー-1	メニュー-2	メニュー-3	メニュー-4	メニュー-5
メニュー名		サワラの生姜照焼きセット	鶏のはちみつもみ醤油焼きセット	トマト麻婆豆腐セット	さばの竜田揚げセット	ぶりのとろろ焼きセット
パターン		主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜
種類	ちゃんど・しっかり	しっかり	しっかり	しっかり	しっかり	しっかり
エネルギー (kcal)	ちゃんど450~650kcal未満 しっかり650~850kcal	743	715	682	725	709
栄養量 (g)						
たんぱく質		33.7	31.3	29.8	31.0	30.5
脂質		22.5	22.8	21.1	17.2	22.6
炭水化物		94.9	93.2	91.1	110.7	93.3
食塩相当量	基準：ちゃんど3.0 g未満 しっかり3.5 g未満	2.5	3.3	3.3	3.3	3.2
PFCバランス (%)						
たんぱく質	基準：13~20%E	18%	18%	17%	17%	17%
脂質	基準：20~30%E	27%	29%	28%	21%	29%
炭水化物	基準：50~65%E	55%	53%	55%	62%	54%
各料理別重量						
主食 飯(パン、麺類)	目安：150~180 gちゃんど 170~220 gしっかり	180 g	180 g	180 g	180 g	180 g
主菜 魚、肉、卵、大豆製品	目安：60~120 gちゃんど 90~150 gしっかり	100 g	120 g	185 g	100 g	100 g
野菜等 野菜、きのこ、海藻	基準：140 g以上	179 g	216 g	224 g	279 g	203 g
主菜の原材料 (〇を付ける)						
魚		○		○	○	○
肉			○			
卵類						
大豆・大豆製品				○		
販売情報						
提供食数/日(数)						
価格(税込)(円)						
提供方法	定番・日替り・週替り・月替り・季節毎(3ヶ月替り)	選択してください	選択してください	選択してください	選択してください	選択してください
提供時間	朝・昼・夜					
カフェテリア形式での提供	有・無	選択してください	選択してください	選択してください	選択してください	選択してください

◎ 食塩相当量は、1食全体の食塩相当量はもちろん、料理毎の味付け(塩分パーセント)も見ています。

栄養量の根拠資料では、1品毎に食塩量を算出してください。

また、味噌汁など汁物は、水(またはだし汁)の量も示してください。

◎ 味付けをしていない料理や、極端に味付けが薄い料理がないか、見ています。

一般的に調味料をかけて食べるメニュー(例サラダ)では、標準的な調味料の量で栄養計算に含んでください。

1. 該当するメニューの栄養成分等について、入力してください(栄養量は、小数点第二位を四捨五入し、第一位まで、PFCバランスと各料理別重量は、小数第一位を四捨五入してください)
2. 定番として毎日同じメニューを提供する場合にはそのメニュー1種類を入力してください。
3. 日替わりとしてメニューを提供する場合には、連続する5日間分のメニューを、週替わりは原則連続4週間分、月替わりは連続4か月分について入力してください。
4. 提示されたメニューの写真及び栄養量の根拠となる資料(使用食材及び使用重量が示された栄養計算結果など：様式は不問)は、資料番号をつけてフォームの最

◎ 主食重量は、炊飯後の「飯」の重量を記載します。ただし、栄養量の根拠資料では、炊飯前の「米」の重量を記載します。

◎ 主菜重量は、主菜(メイン料理)で使用している魚・肉・卵・大豆製品の量を記載する。副菜や汁物に含まれる魚・肉・卵・大豆製品は含みません。

◎ 野菜重量は、様式3と、栄養量の根拠資料の数値が合っているかを見ています。特に、①切り干し大根等の乾物が、水戻し重量で記載されているか、②カウントミスがないか、を見ています。なお、野菜重量は、野菜、きのこ、海藻、いもの重量をカウントします。

事例1 様式3の栄養量根拠資料とメニューの画像

資料の内容がわかる説明文がある。

様式3 写真及び栄養量の根拠となる資料

様式3 献立表 (5日間)

月曜日	※生野菜使用時、可食量が総額になっている場合があります							
料理名	食材名	分量 (可食量)	エネルギー	たんぱく質	脂質	灰水化物	食塩相当量	野菜量
アジの香草パン粉焼き	アジ切身	80	181	15.8	3.6	8.1	8.2	
	塩こしょう	0.4	1	0.0	0.0	0.1	0.2	
	キャノーラ油	1.5	14	0.0	1.5	0.0	0.0	
	パン粉	12	45	1.8	0.8	7.6	0.1	
	おろしにんにく	0.5	1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.5
	パセリ(乾)	0.2	1	0.1	0.0	0.1	0.0	
	オリーブオイル	0.5	5	0.0	0.5	0.0	0.0	
	レモン	8	4	0.1	0.1	1.0	0.0	
	トマトチップ	10	12	0.2	0.0	2.8	0.3	
	付け合せ	かぼちゃペースト	30	25	0.7	0.1	5.6	0.0
ナスフライ		20	33	0.2	3.1	1.2	0.0	20
キャノーラ油		1.5	14	0.0	1.5	0.0	0.0	
食塩		0.3	0	0.0	0.0	0.0	0.3	
きんぴらごぼう		千切りごぼう	35	20	0.5	0.1	4.8	0.0
きんぴらごぼう	人参	8.5	3	0.1	0.0	0.8	0.0	8.5
	きんぴらごぼう	10	1	0.0	0.0	0.2	0.0	10
	キャノーラ油	1	9	0.0	1.0	0.0	0.0	
	濃口しょうゆ	4.5	2	0.3	0.0	0.2	0.6	
	上白糖	2	8	0.0	0.0	2.0	0.0	
	みりん風調味料	2	5	0.0	0.0	1.1	0.0	
	いりごま(白)	0.3	2	0.1	0.2	0.1	0.0	
	一味唐辛子	0.02	0	0.0	0.0	0.0	0.0	
調合ごま油	0.4	4	0.0	0.4	0.0	0.0		
野菜サラダ	キャベツ	25	6	0.3	0.1	1.3	0.0	25
	トマト	15	3	0.1	0.0	0.7	0.0	15
	きゅうり	10	1	0.1	0.0	0.3	0.0	10
	ドレッシング(白)	10	41	0.0	4.2	0.6	0.3	
十六穀ごはん (飯: 150g)	米	56	200	3.4	1.5	43.5	0.0	
	十六穀米	14	52	1.7	0.7	9.7	0.0	
	総合計		613	25.5	18.4	83.9	1.0	154.0
				16.6%	27.0%	56.3%		
	基準 (ちゃんど) 未満	450~ 650kcal 未満	13~ 20%/E	20~ 30%/E	50~ 65%/E	3.0g未満 (2.5g未満)	140g以上	

主菜重量にカウントされる食材重量に色を付けている。

野菜重量には付け合わせのレモンは含まない。

野菜サラダに一般的な味付けがなされている。

炊飯前の米の重量と、炊飯後の飯の重量がわかる。

献立全体の合計値が表示されており、基準との確認も分かりやすく表示されている。

※拡大写真は別紙

主菜(目安: 60~120g) 30g

※アジは26枚割

拡大写真も資料になっており、その写真から使用している食材を読み取ることができる。

審査員はここを見ている ◎ メニューの画像

- ◎ 様式3、献立表、メニューの画像から、献立内容と実際の提供内容があっているかを見ている。
- ◎ 食品ロスの観点から、毎日提供される飯、味噌汁等は、生サンプルではなくフードサンプルでも良いことになりました。ただし、応募時の資料には、提供通りのメニューの画像が必要です。

事例2 様式3の栄養量根拠資料とメニューの画像

様式3 写真及び栄養量の根拠となる資料

様式3 献立表 (5日間)

※生野菜使用時、可食量が縮減になっている場合があります

全曜日	料理名	食材名	分量 (可食量)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	野菜量
金曜日	鮭の南蛮漬け	鮭切身	80	106	17.8	3.3	0.1	0.2	
		塩こしょう	0.4	1	0.0	0.0	0.1	0.2	
		薄力粉	6	22	0.5	0.1	4.5	0.0	
		キャノーラ油	6	55	0.0	6.0	0.0	0.0	
	切干大根煮	玉ねぎ	38	13	0.4	0.0	3.2	0.0	38
		ピーマン	8.5	2	0.1	0.0	0.4	0.0	8.5
		人参	6.8	3	0.0	0.0	0.6	0.0	6.8
		鰹だし(顆粒)	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1	
		酢	25	6	0.1	0.0	1.7	0.2	
		上白糖	5	19	0.0	0.0	5.0	0.0	
		濃口しょうゆ	3.5	2	0.2	0.0	0.2	0.5	
	野菜サラダ	七味唐辛子	0.2	1	0.0	0.0	0.1	0.0	
		レタス	6.8	1	0.0	0.0	0.2	0.0	6.8
千切大根★		8	24	0.8	0.1	5.6	0.0	45	
刻みあげ		2	5	0.3	0.3	0.2	0.0		
人参		4	2	0.0	0.0	0.4	0.0	4	
十六穀ごはん (飯: 150g)	鰹だし(顆粒)	0.3	1	0.1	0.0	0.1	0.2		
	上白糖	2	8	0.0	0.0	2.0	0.0		
	みりん風調味料	1.6	4	0.0	0.0	0.9	0.0		
	料理酒	2	2	0.0	0.0	0.1	0.0		
	淡口しょうゆ	3.5	1	0.2	0.0	0.2	0.6		
	いんげん	5	1	0.1	0.0	0.3	0.0	5	
	カーネルコーン	10	10	0.3	0.1	2.0	0.0	10	
十六穀ごはん (飯: 150g)	カットわかめ★	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.1	3	
	焙煎ごまドレッシング	10	54	0.2	4.1	2.1	0.3		
十六穀ごはん (飯: 150g)	米	56	200	3.4	0.5	43.5	0.0		
	十六穀米	14	52	1.7	0.7	9.7	0.0		
	総合計		603	26.6	15.3	85.0	2.4	154.6	
				17.6%	22.8%	59.5%			
	基準 (ちゃんど)	450~ 650kcal 未滿	13~ 20%/E	20~ 30%/E	50~ 65%/E	3.0g未滿 (2.5g未滿)	140g以上		

野菜重量にカウントされる食材と重量に色を付けている。

乾物は、戻した重量で記載している。

★戻し分量

🔍 審査員はここを見ている ◎ 野菜等の重量

- ◎ 様式3と根拠資料(献立表)と、野菜重量が合致するかを見ている。
- ◎ 特に干しいたけ、切り干し大根、乾燥わかめ等の乾物は、戻した後の重量を示してください。(献立表の欄外への記載でも構いません。)
- ◎ 野菜の重量は、個数、パック数等の単位ではなく、重量(g)で示してください。
- ◎ 野菜としてカウントした食材と重量に、マーカー等で色を付けることで、カウントミスが防げます。
- ◎ 薬味等で使用するレモンは野菜に含みません。

□ 必須項目2 スマートミールの情報を提供している

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

□ 2. スマートミールの情報を提供している

スマートミールの基準に関する情報を、どのように提供しているかを提示してください。

【カフェテリア方式の場合】必須項目1で、主食・主菜・副菜といった単品を組み合わせて「スマートミール」を構成する場合、その組み合わせの情報をどのように店舗等で提供しているか、その組み合わせがどのくらい選択されているかについてどのように確認している(※)かも提示してください。
(※)連続する3日以上・年に2回以上

根拠資料のサンプルは[こちら](#)からご確認ください。(必須項目2、3、4オプション9、10、13、14の根拠資料に該当します)

- スマートミールの基準を卓上メモで提示している。
- スマートミールに該当する組み合わせ例を、サンプルコーナーで示し、基準に該当している内容(エネルギー量、主食名、主菜名、副菜名、野菜等重量、食塩相当量)もあわせて提示している。
- 喫食者の購入履歴から、年に4回(季節ごとに)、連続3営業日で調査を行い、スマートミールの組み合わせの購入数を確認している。
- その他(自由記述)

【その他の例】

・スマートミールの基準を食堂入口に掲示している。

スマートミールの基準に関する情報

- ① 1食あたりのエネルギー量
「ちゃんと」=450~650kcal
「しっかり」=650~850kcal(七訂成分表の場合)、620~850kcal(八訂成分表の場合)
- ② 主食、主菜、副菜がそろっていること
- ③ 野菜等(野菜、きのこ、海藻、いも)の重量が、140g以上であること
- ④ 食塩相当量が、「ちゃんと」3.0g未満、「しっかり」3.5g未満であること

上記の情報とあわせて、実際に提供しているメニューが基準に合致していることを示します。

【根拠資料】

- ① 店舗で、スマートミールの基準等の情報提供をしていることがわかる写真など

審査員はここを見ている⑥

⑥ 根拠資料として、

① スマートミールの基準に関する情報を店舗等で提供していることがわかる資料
(例:ポスターやポップを店舗内に掲示している様子など)

② 提供している情報の内容がわかる資料(例:ポスターやポップの記載内容がわかるもの)
以上、2つの資料を提出してください。

⑥ 正しい表現、表記ができていないかを見ている。

エネルギーを「カロリー」と示したり、食塩相当量を「塩分」「塩分量」と示すのは間違いです。
間違いのある媒体物は、修正の上で、再提出になります。

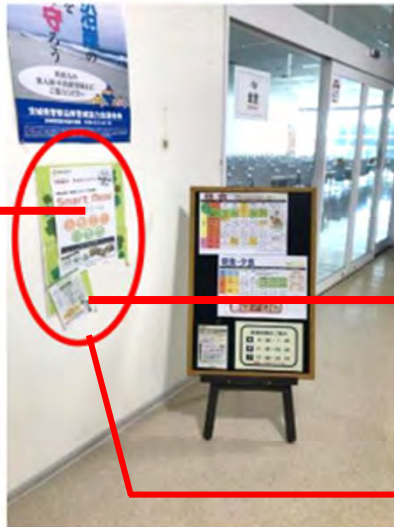
資料2（必須項目No.2） スマートミールの情報を提供

■ポスター

食堂入り口に掲示している

根拠資料に必須項目の番号が示されている。

資料の内容がわかる説明文がある。



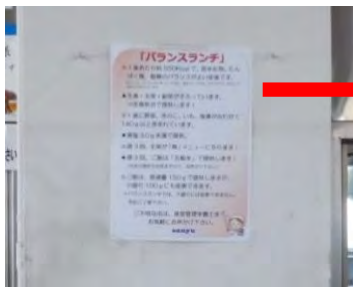
主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスのとれたお食事		
Smart Meal		
スマートミール		
標準項目	ちゃんこ	しゃぶ
エネルギー	450~650kcal未満	650~850kcal
たんぱく質	150~180g	170~220g
脂質	60~120g	90~150g
野菜類	野菜類 140g以上	
食塩相当量	3.0g未満	3.5g未満
PFORスコア	P : たんぱく質 13-20 ㎖ F : 脂質 20-30 ㎖ C : 炭水化物 50-65 ㎖	

当食堂では、
中央食費課の一部店舗にございます。
「ちゃんこ」標準のスマートミールを
販売いたします。

④ 店舗でどのように情報提供をしているかがわかる。

④ 掲示されているポスターの内容がわかる。

①スマートミールの基準が記載されたポスターを食堂内に掲示。



「バランスランチ」

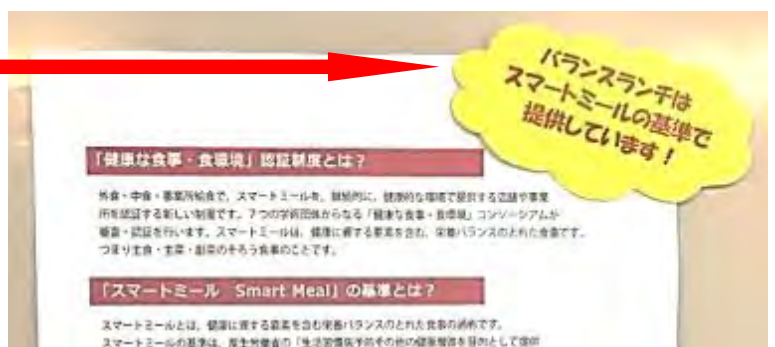
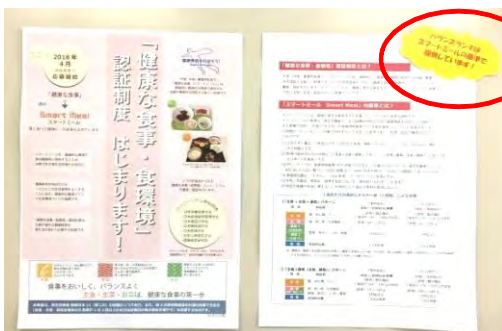
☆1食あたり約550kcalで、炭水化物、たんぱく質、脂質のバランスがよい定食です。
〔PFCバランス〕たんぱく質13~20%E、脂質20~30%E、炭水化物50~65%Eの割合で構成されています。

★主食・主菜・副菜がそろっています。
⇒定食形式で提供します!

☆1食に野菜、きのこ、いも、海藻が合わせて140g以上含まれています。

★食塩相当量3.0g未満で提供。

②スマートミールの基準が記載されたポスターを食堂内に掲示すると同時に、「バランスランチ」が、スマートミールの基準に合致することを掲示。



①スマートミールの基準が記載された週間献立表をサンプルケースに掲示。



②スマートミールの基準が記載された週間献立表を掲示すると同時に、「バランスランチ」が、スマートミールの基準に合致することを掲示。

「バランスランチ」は「スマートミール」の基準に合致しています。「スマートミール」の説明は食堂掲示をご覧ください。



～バランスランチの概要～

- ☆1食あたり約550kcalで、炭水化物、たんぱく質、脂質のバランスがよい定食です！
- 【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
- ★主食・主菜・副菜がそろっています。⇒定食形式で提供！ご飯は普通盛り(150g)・小盛りが(100g)が選べます！
- ☆1食に野菜、きのこ、いも、海藻が合わせて140g以上含まれています。⇒野菜たっぷり！
- ★食塩相当量3.0g未満で提供します。

□ 必須項目3

スマートミールに「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

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

3. スマートミールに「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

該当資料アップロード済 ←項目2でアップロードしたメニューに表示していれば、アップロードは不要です。

スマートミールの情報を、どのようにプロモーションしているかを提示してください。

- スマートミールシリーズに関するポスターを作成し、レストラン入口で大々的にアピールしている。
- サンプルケースにサンプルを提示し、「管理栄養士のおすすめ」と紹介しアピールしている。
- レジ横の購入前スペースで、「おすすめ商品」という卓上資料を掲示している。
- メニューブックに、おすすめ商品の紹介やスマートミールに関する栄養情報を挟んで提示している。
- その他(自由記述)

【その他の例】

週間メニュー表のスマートミール欄に「管理栄養士のおすすめ」と記載しアピールしている。

補足

審査員はここを見ている👁

「おすすめ」の吹き出し表示等だけでなく、その表示を食事サンプルや週間献立表等に実際に掲示するなど、プロモーションの様子が分かる資料を提出してください。

「おすすめ」以外の表現として、スマートミールの販売を促進していることが分ければ、「管理栄養士監修」と強調する、メニュー表で一番上に表示する、フォントサイズを一番大きくする等、他の表現でも構いません。

【根拠資料】

- ① 顧客に該当メニューがスマートミールであることをプロモーションしている
チラシ、ポスター、メニュー表等

管理栄養士おすすめ!

バランスランチ週間献立表

★お知らせ★

☆「バランスランチ」ではご飯の量が限定出来ません。(常備・小盛り)

★左の栄養価はご飯量(常備)で計算しています。ご飯の量別の詳細は「バランスランチ」コーナーでご確認ください。

★「バランスランチ」では、味噌がセットになっているため、お味噌汁も含めた数値を表示しております。

★月・水・金曜日は五穀米での提供となります。0円も別途出来ます!

★ご不明な点がございましたら、担当管理栄養士までお声がけ下さい。

日	メニュー	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	野菜量
3/27	煮魚(桜えび入り野菜炒め) *白米or五穀米 *野菜量175g	598kcal 18.1g	たんぱく質 21.2g	脂質 21.2g	炭水化物 115.2g	野菜量 175g
3/27	野菜たっぷり親子煮(ふろふき大根) *白米 *野菜量175g	576kcal 18.4g	たんぱく質 21.2g	脂質 21.2g	炭水化物 115.2g	野菜量 175g
3/28	白身魚のバター醤油焼き(南島サラダ) *白米or五穀米 *野菜量180g	567kcal 18.1g	たんぱく質 21.2g	脂質 21.2g	炭水化物 115.2g	野菜量 180g
3/29	厚揚げと野菜の甘酢和え(菜種和え) *白米 *野菜量190g	582kcal 18.1g	たんぱく質 21.2g	脂質 21.2g	炭水化物 115.2g	野菜量 190g
3/30	鯖のホイル焼き(菜種和え) *白米or五穀米 *野菜量175g	598kcal 18.4g	たんぱく質 21.2g	脂質 21.2g	炭水化物 115.2g	野菜量 175g

～バランスランチの概要～

☆1食あたり約550kcalで、炭水化物、たんぱく質、脂質の**バランスがよい献立です!**

[PRC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

★主食・主菜・副菜がそろっています。→**定食形式で提供!** **【盛り普通盛り(150g)・小盛りが(100g)が選べます!】**

☆1食に野菜、きのこ、いも、海藻が合わせて140g以上含まれています。→**野菜たっぷり!**

★食塩相当量3.0g未満で提供します。

「バランスランチ」は「スマートメニュー」の標準に準拠しています。「スマートメニュー」の活用は健康増進に繋がります!



- ◎ おすすめの表示がされている。
- ◎ この週間献立表を店内等に掲示していることがわかる写真(画像)も必要です。

資料3 (必須項目No.3) 「おすすめ」表示

■ サンプルケースにて「管理栄養士おすすめ」と表示



・スマートミールに「本日のおすすめ」の表示をしている。



・選択制になっている小鉢に「栄養士のおすすめ」の表示をしている。

□ 必須項目4

スマートミールの選択に必要な栄養情報等を、店内、カタログ、注文サイト等メニュー選択時にわかるように提供している

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

4. スマートミールの選択に必要な栄養情報等を、店内、カタログ、注文サイト等メニュー選択時にわかるよう提供している

該当資料アップロード済 →項目2でアップロードしたメニューに表示していれば、アップロードは不要です。

スマートミールの選択にあたって、店舗内でどのように対応しているかを提示してください。

- 性、年代、日常の身体活動レベル別で、適正なエネルギー量などの情報を提示し、顧客にあったスマートミールを選択できるよう店内に情報を提示・適正量の商品を選択できるよう、適正エネルギー量等の栄養情報を商品購入横のスペースや卓上資料として置いている。
- スマートミールの選び方に関する栄養情報をカタログやHPサイトで紹介している。
- その他(自由記述)

【その他の例】

・食堂内に栄養情報・健康情報を掲示している。

補足

スマートミールの選択に必要な栄養情報とは、スマートミールをとるために必要な個人(性、年齢、身体活動レベル等)の栄養必要量に関する情報のことです。

顧客(お客様)に必要な食事のエネルギー量を提示することが目的!

(注意)

- ① コラーゲンなど特定の成分の機能を説明する情報ではありません。
- ② 顧客が自分にあったメニューを選択できるよう、情報提供をすると共に、**以下の内容は必ず入れてください。**

スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。また、現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

【根拠資料】

- ① 顧客が自分に適したスマートミールを選択できるよう、必要な栄養情報を提供しているチラシ、ポスター、メニュー表等



審査員はここを見ている ⑥ 情報提供用媒体物(チラシ、ポスター、ポップ等)の内容

- ⑥ 提供している食事と情報提供の内容が合致しているかを見ています。
例えば、様式3より「ちゃんと」で応募しているのに、情報提供内容が「しっかり」になっているなど、食事と情報が対応していない場合は、内容を改めてもらいます。

資料4 (必須項目No.4) 栄養情報

■ 食堂内に栄養情報や健康情報を掲示している

あなたに必要なエネルギー量 知っていますか？

一日に必要なエネルギー量は
①性別 ②年代 ③身体活動レベル で推定できます

働き方の特徴	デスクワーク中心			立ち仕事中心			力仕事中心		
	身体活動レベル			身体活動レベル			身体活動レベル		
18~29歳	2,300 kcal	2,650 kcal	3,050 kcal	2,300 kcal	2,700 kcal	3,050 kcal	2,200 kcal	2,650 kcal	2,950 kcal
30~49歳	2,300 kcal	2,700 kcal	3,050 kcal	2,200 kcal	2,650 kcal	2,950 kcal	2,050 kcal	2,400 kcal	2,750 kcal
50~64歳	2,200 kcal	2,650 kcal	2,950 kcal	1,700 kcal	2,000 kcal	2,300 kcal	1,750 kcal	2,050 kcal	2,350 kcal
65~74歳	2,050 kcal	2,400 kcal	2,750 kcal	1,650 kcal	1,950 kcal	2,250 kcal	1,550 kcal	1,850 kcal	2,100 kcal

一日に必要なエネルギー量を1/3にすると
1食分の目安量が分かります
生活スタイル等に合わせて調整してください



・性、年代、日常の身体活動レベル別で適正エネルギー量などの情報を掲示している。

● 食事に必要なエネルギー量(kcal)を知りましょう ●

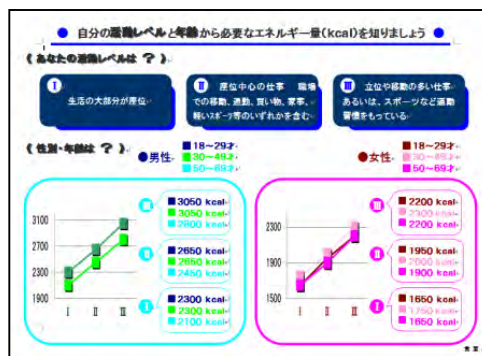
《あなたの活動レベルは？》

① 生活の大部分が座位
② 座位中心の仕事
③ 立位や移動の多い仕事

《性別・年齢は？》

性別	Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ
男性	860 kcal	994 kcal	1144 kcal
女性	619 kcal	731 kcal	825 kcal

Smart meal 基準値 ※ 650kcal-850kcal (レタリ)



・性、年代、生活活動量別の適正なエネルギー量とBMIについての情報をポスターで掲示している。

あなたに必要なエネルギー量は？

必要なエネルギー量は
年齢、性別、活動量などによって
それぞれ異なります

1食当たりのエネルギー量の目安は...

一般女性 中年男性	650 kcal 未満
活動量の多い女性 一般男性	650 kcal ~850 kcal

あなたのエネルギー量はあっている？

エネルギー量があっているか
チェックする指標となるのが
BMI です

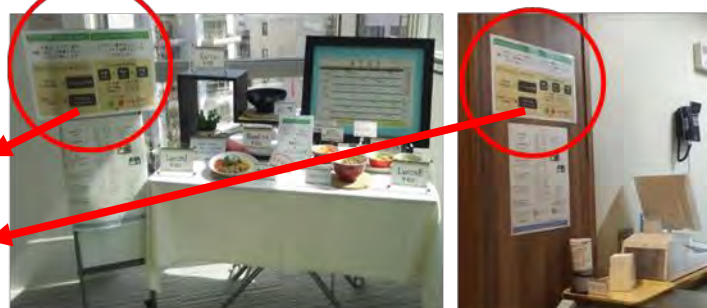
BMIの計算方法は...

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)}^2}$$

18~49歳	18.5~24.9
50~69歳	20.0~24.9
70歳以上	21.5~24.9

エネルギーは消費量と消費量のバランスで
取り立てています

食事と運動で
良いバランスに



□ 必須項目5 スマートミールを説明できる人が店内にいる

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

5. スマートミールを説明できる人が店内にいる(中食の場合、問合せ窓口がある)

スマートミールについて、顧客から質問があった際、店舗内でどのように対応しているかを提示してください。

店舗内では、常駐する管理栄養士が適宜説明を行っている。

問合せがあった場合には、従業員から問合せ窓口を紹介している。

問合せ窓口を設け、そこで質問に回答する仕組みにしている。

会社のHPに、スマートミールに関する企業情報を掲載している。

その他(自由記述)

【その他の例】

・食堂内にご意見箱を設置し、質問を受付け、回答を食堂内に掲示している。

補足

- ① 「スマートミール」の基準やその日に提供しているメニュー名を説明できる人を指します。ただし、一方的な情報提供ではなく、質問に応じて、店舗・事業所の「スマートミール」を取り扱う考えや基準、コンセプトなどについても、顧客とコミュニケーションをとりながら情報提供できる人のことを指します。
- ② 顧客・喫食者から問い合わせがあった際に対応できる状況になっていれば、その場に説明者がいなくても構いません。
- ③ 「スマートミール」を理解し、顧客等に説明できれば、管理栄養士や栄養士など資格を有していなくても、問題ありません。

資料5 (必須項目No.5) 管理栄養士常駐ポスター及び質問回答方法

■ご意見箱の設置

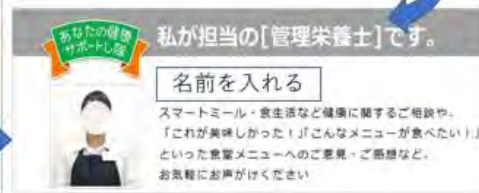
ご意見箱にてスマートミールに関する質問等を受け付ける。
(スマートミール提供時よりご意見箱に表示)

Smart Meal
スマートミール
に関するご意見や
ご質問もどうぞ!



■常駐する栄養士が窓口となる

栄養士常駐ポスターを掲示し、
「スマートミールなどに関する相談など、
お気軽にお声がけください」と記載している



◎スマートミールの問い合わせ方法や対応窓口(担当者)がわかる。

①常勤管理栄養士が、スマートミールの問い合わせ窓口になる。
(担当者は添付資料3の作業従業者一覧に示す。)

②店内掲示物に、「ご不明な点がございましたら、食堂管理栄養士まで、
お気軽にお声かけ下さい」と記載している。



★「バランスランチ」では、小鉢がセット
なっているため、小鉢&汁も含めた数値
を表示しております。
☆月・水・金曜日は五穀米での提供となり
ます。(白米も選択出来ます)
★ご不明な点がございましたら、食堂管理
栄養士までお声かけ下さい。



☆ご飯は、普通量 150gで提供しますが、
小盛り 100gにも変更できます。
*小盛りを選択された場合も上記の基準にあてはまります。
*大盛りには変更できません。予めご了承下さい。
ご不明な点は、食堂管理栄養士まで、
お気軽にお声かけ下さい。

スマートミールの説明(例)



(例) 健康な食事とは、国が進めている「健康寿命の延伸」の実現のため給食においても健康に資する食事の選択がしやすい環境を整えることを目的に、厚生労働省の「生活習慣病予防や健康増進を目的として提供する食事の目安」を元に、つくられた食事です。

(例) スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病を予防できるわけではありません。健康づくりには、スマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、禁酒を心がけるなど、生活習慣全体を管理することが重要です。現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

(例) スマートミールとは、健康に資する要素を含む栄養バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜のそろった食事)のことです

□ 必須項目6

管理栄養士・栄養士がスマートミールの作成・確認に関与している

補足

「スマートミールの作成・確認に関与している」とは、メニュー企画の際の助言、メニュー作成や栄養計算、付帯する栄養健康情報の企画作成などを意味します。

応募申請フォーム(Web)より
必要事項を記載してください。

<input type="checkbox"/> 6. 管理栄養士・栄養士がスマートミールの作成・確認に関与している	
管理栄養士・栄養士の氏名（※複数の場合はその代表者）	
ふりがな 姓(かな) <input type="text"/> 名(かな) <input type="text"/>	
姓 <input type="text"/> 名 <input type="text"/>	
所属先(事業者名及び部署名等) <input type="text"/>	受託給食会社の場合は、 本社の所属か、店舗の配属が わかるように記載をお願いします。
<input checked="" type="radio"/> 管理栄養士 <input type="radio"/> 栄養士	
登録・免許番号 <input type="text"/>	栄養士免許の都道府県の 記載漏れが多いので注意しましょう！
※栄養士の方は交付された都道府県も記載してください。 選択してください▼	

事例1 管理栄養士・栄養士のスマートミールへの関与の例

- ① 提供する食事のメニュー全て(スマートミールに該当する組み合わせのメニューを含む)を、**管理栄養士(●●氏)**が作成し、栄養価の確認、栄養成分表示を担当している。
- ② **自社の管理栄養士**が、スマートミールの商品開発を全て行い、栄養情報も作成している。
- ③ **自社の管理栄養士**が、献立を作成、及び栄養情報を定期的に掲示している。
- ④ **常駐栄養士**が、料理をチェック及び、食堂内の栄養場も定期的に作成している。
- ⑤ **受託給食会社本社勤務の管理栄養士**が、監督指導を行っている。

□ 必須項目7 店内禁煙である

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

<input type="checkbox"/> 7. 店内禁煙である (中食は対象外)	
店舗内が禁煙状況や対応内容について提示してください。	
<input type="radio"/> 食堂テーブル上に、禁煙であることを示す卓上資料で表示している。	
<input checked="" type="radio"/> 食堂内に、禁煙であることを示すシールが掲示されている。	
<input type="radio"/> その他(自由記述)	<input type="text"/>

【その他の例】

・敷地(ビル)内は全面禁煙となっている。

補足

- ・紙巻きたばこはもとより、加熱式たばこなど新型たばこも含めて禁煙が必要です。
- ・店内に喫煙室を設置し、分煙を行っている場合は、禁煙とはみなしません。
- ・建物全体が禁煙の場合、建物全体が禁煙であることや、禁煙がテナント入所の条件であるなどの説明文を作成し、資料として提出してください。
- ・仮に、建物内が禁煙であることを確認できる資料がない場合には、店舗が入っている建物(管理会社)の名称及び所在地を明記してください。

【根拠資料】

- ① 店舗・事業所内の禁煙状況が確認できる資料(禁煙を示す店舗内写真等)



審査員はここを見ている◎

- ◎ 店舗・事業所内の禁煙がわかる資料として、禁煙の文字や禁煙マークの張り紙だけでなく、その張り紙が、食堂の入り口や店内に掲示されていることがわかる資料を提出してください。
- ◎ 禁煙室や喫煙スペースがある場合 喫煙場所と食堂(喫食場所)のあるフロアの位置関係がわかる資料(平面図)が、必要になります。

事例1 店内禁煙

【食堂での禁煙の案内】

①



① 食堂の出入り口のガラス扉に「禁煙」表示をしている。

②



② 食堂テーブル上に「禁煙」のシールを貼っている。

◎ 食堂(店内)が禁煙であることがわかる。

事例2 喫煙スペースがある場合

資料7 (必須項目No.7) 店内禁煙

喫煙所以外は禁煙であることを示した通知

◎ 喫煙所と食堂の位置関係がわかる資料(平面図)がある。

ここまでの7項目(必須項目)をクリアすれば、★(1つ)認証の申請が可能です!!

・クライアント様への認証制度の概要説明は、次ページを参照してください。

・オプション項目の確認は、30ページを参照してください。

II. クライアント様への認証制度の概要説明 (同意を得る)

クライアント様に向けて、スマートミール承認制度や認証取得のメリットを説明をし、応募に関する内容や情報公開について同意を得ましょう。
(Web申請の際にクライアント様の同意確認が必要です。)

認証取得のメリット



1. クライアント

- ① クライアント様が進めている健康経営について、経済産業省のチェックリストにある「第3者認証」を、本制度を利用することでクリアできる。
- ② 店舗や事業所を審査・認証する制度のため、認証に向けた応募書類は、主に給食会社側で作成するため、クライアント様の負担はない。

2. 給食会社

- ① クライアント様との関係強化
- ② ヘルシーメニューの販売促進！

3. 食堂利用者

- ① 食習慣の改善
- ② 健康の維持・増進(医療費削減)

事例1 クライアント様への説明用資料(リーフレット等、応募書類一式)

スマートミールに関するリーフレットや応募要項、Q&Aなどを準備しましょう。

「健康な食事・食環境」認証制度のHPよりダウンロードできます。



第8回(2024年)「健康な食事・食環境」認証に係る応募要項

項目	ページ
第1 本認証の趣旨	1
第2 対象	1
第3 認証基準の要件	1
第4 認定方法	1
第5 認定申請上の留意事項	2
第6 応募申請書	2
1) 必須項目	2
2) オプション項目	7
第7 認定基準以外の注意	12
第8 審査	13
1. 審査及び認証のプロセス	13
2. 認定スケジュール	13
3. 審査費用	13
4. 方針方法と研修期間	13
5. 減価申請	13
第9 認証	14
1. 認定の届出	14
2. 認証料と納期	14
第10 認証後の取扱い	14
1. 失効の届出	14
2. 一時停止	14
3. 変更の届出	14
4. 撤去が必要な事項の届出	15
5. スマートミールの廃止及び併用等にかかる応募者情報管理について	15
6. 更新について	15
添付資料1 「健康な食事・食環境」認証基準	16
添付資料2 スマートミールの基準	17
添付資料1 コンソーシアム認証審査委員会章程	18
添付資料2 認証申請書(申請書)の取扱いと提出方法について(別添)	18

※令和6年度認証基準は未定です。

項目	内容	留意事項
1. 申請書	申請書は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。申請書は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	「スマートミール」事務局にて受付となります。申請書は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
2. 審査料	審査料は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	審査料は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
3. 認定料	認定料は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	認定料は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
4. 減価申請	減価申請は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	減価申請は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
5. 認証料	認証料は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	認証料は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
6. 失効の届出	失効の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	失効の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
7. 一時停止	一時停止の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	一時停止の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
8. 変更の届出	変更の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	変更の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
9. 撤去が必要な事項の届出	撤去が必要な事項の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	撤去が必要な事項の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。
10. 更新	更新の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。	更新の届出は、必ず「スマートミール」事務局へ提出する必要があります。

<p style="text-align: right;">平成 年 月 日</p> <p>〇〇 株式会社 所長 〇〇 様</p> <p style="text-align: right;">株式会社 [REDACTED] 代表取締役 [REDACTED]</p> <p>「健康な食事・食環境」認定制度への参画について（ご依頼）</p> <p>謹啓 寒冷の候 益々ご清祥の御事とお慶び申し上げます。</p> <p>来年4月より、「健康な食事・食環境」の認証制度が開設されることとなりました。認定は日本栄養改善学会、日本高血圧学会、日本糖尿病学会、日本肥満学会、日本公衆衛生学会、日本給食経営管理学会、健康経営研究会といった複数の学会等のコンソーシアムが行います。</p> <p>この度、日本栄養改善学会より当認証制度への事前参画依頼が弊社にございました。まさに健康経営を推進される貴社にふさわしい認証制度であると考え、当制度への参画を弊社から推薦させていただく次第でございます。</p> <p>別紙、事業概要に示す通り、厚生労働省の健康局長通知（平成27年9月）で示された目安等に基づく「健康な食事」を、継続的に、健康的な環境で提供する店舗や事業所を認証する制度で給食部門の他にも、外食部門及び中食部門の認証も同時に開設、大手レストランやスーパーの参画も予定されているとのことでございます。</p> <p>認証についての詳細は別紙を添付させていただきます。</p> <p>認証の申請は来年4月に正式に開始致しますが、それに先立ち事前の実行可能性テストの申請が12月にございます。つきましては、こちらの事前申請より貴事業所食堂のご参画を賜りたく、ぜひご協力くださいますようお願い申し上げます。</p> <p style="text-align: right;">謹白</p>	<p style="text-align: center;">御中</p> <p style="text-align: center;">「健康な食事・食環境」認証制度のご案内</p> <p>謹啓 時下いよいよご清祥のこととお慶び申し上げます。平素は弊社給食受託事業に格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。</p> <p>さて、ご高承のとおり、わが国は高齢化による医療・介護等社会保障費用の増大などの中、健康寿命の延伸は喫緊の課題であり、各省庁を挙げて諸施策に乗り出しております。</p> <p>このたびご案内させていただきます本認証制度は、平成27年9月に厚生労働省健康局長通知として示された「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」等をもとに日本栄養改善学会・日本給食経営管理学会他複数の学術団体によるコンソーシアムが、「健康な食事（スマートミール）」を継続的に健康な環境で提供する店舗・事業所を認証するものです。</p> <p>認証を受けた施設は、認証マークをメニューやPOP等に掲載し、「健康な食事・食環境を提供している」事業所であることをアピールできるというメリットがあり、第1回目の認証審査では、給食事業の他、外食・中食分野も含め全国から70ヶ所を超える応募がありました。今年9月からスタートする第2回目も相当な応募が見込まれております。</p> <p>貴社におかれましては、「健康な食事・食環境を提供している」社員食堂として、本制度認証を取得されるに相応しいものと存じ、僣越ながらご案内をさせていただいた次第でございます。ご面倒ながら、別添資料をご高覧いただき、ご興味をお持ちいただけましたら、弊社より詳細情報のご提供や申請に関するお手伝いなどを協力させていただく所存でございます。</p> <p>弊社といたしましては、本制度が提唱する「健康的な食事」の継続的なご提供を通じて、些かなりとも貴社社員様の健康増進にお役に立てましたら幸甚に存じます。何卒ご検討のほどよろしくお願い申し上げます。</p> <p>末筆ながら、貴社のますますのご発展を心からお祈り申し上げます。</p> <p style="text-align: right;">謹白</p> <p>平成30年 月 日</p> <p style="text-align: right;">株式会社 [REDACTED]</p>
--	---

2018年〇月〇日

〇〇〇〇株式会社
〇〇〇〇 様

〇〇〇〇

「スマートミール」認定制度の申請のご紹介とご協力について

謹啓

〇〇の候 貴社ますますご盛栄のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、今年9月より、別紙、資料にある「スマートミール」認証制度が始まります。栄養基準を満たした食事（スマートミール）が毎日提供されていることが前提条件となり、合わせて運営内容によって、事業所の食堂単位で認証される制度です。

この認証制度は、厚生労働省の健康局長通知（平成27年9月）で示された目安等に基づく「健康な食事」を、継続的に、健康的な環境で提供する店舗や事業所を認証する制度で給食部門の他にも、外食部門及び中食部門の認証も同時に開設、大手レストランやスーパーの参画も予定されているとのことでございます。

認定は、日本栄養改善学会、日本高血圧学会、日本糖尿病学会、日本肥満学会、日本公衆衛生学会、日本給食経営管理学会、健康経営研究会といった複数の学会等のコンソーシアムによる外部認証となり、

我が国の喫緊の課題である健康寿命の延伸に寄与する食環境整備であり、同時に、事業所給食の健康管理、健康経営における意義を広く社会に周知するものとされております。

認証の申請は、今年5月末に申し込み、審査を経て9月に認証を受けるスケジュールとなっております。（今年度は、9月に2回目の申し込み、来年3月認証の機会があります。）現在、登録料は、無料。審査は、基本、書類審査をなします。

食堂設置者である貴社が申し込む場合には、受託事業者である弊社で申請書類作成の支援や、実際の食環境整備、運営管理について積極的にご協力させていただきます。

仮に貴社食堂が申請をされる場合には、基本的な認証を受ける条件（必須項目）は、満たすことができると考えております。

ぜひ、ご検討いただければと存じます。

謹白

【Web申請／応募に関する内容及び同意確認】

【必須】応募に関する内容及び同意確認

下記2点について、確認・同意いただけましたら、口にチェックを入れていただき

署名欄に応募事業者施設の担当責任者のサイン(担当責任者のサイン(パソコンによる入力)をお願いします。※

(1)応募要項に記入いただいた内容に間違いがないことを確認・同意の上、各種国内法令を遵守しながら、本認証制度に対応し取組を進めていただくこと

(1)同意する

(2)応募書類の内容について、コンソーシアムまたは事務局が全体として集計・分析し、広報や学会等で発表を行うこと(個別情報を使用する場合は事前に別途相談)

(1)同意する

(2)同意しない

署名

(注)担当責任者とは、基本的には、認証施設として登録する施設の長のことを指します。※

役職
部長

担当責任者氏名

姓 健康 名 花子

署名は、施設の責任者(クライアント様)とする。

【Web申請／情報公開】

情報公開

※応募事業者が協力・連携する給食受託会社名及び協力・連携状況に関する情報のHP等による開示について伺います。

可 不可

※条件や開示可能内容があれば、応募段階でお申し出ください。

説明時情報公開の有無について確認する。

【Web申請／申請料】

審査料

納付方法: 応募事業者名で下記口座にお振込みください。

銀行名: 埼玉りそな銀行 坂戸支店(普)5558380 「健康な食事・食環境」コンソーシアム

納付期限: 2023年4月30日

※入金の確認できない場合は、コンソーシアム審査(本審査)を受けることができません。※

中小企業および小規模企業者 5,000円(税込)

大企業 10,000円(税込)

オプション項目を検討する場合は、次ページを参照してください。
Web申請は、60ページを参照してください。

III. オプション項目の確認

オプション項目に取り組み、認証レベル(★★/★★★)を高めましょう。

スマートミールの展開は、スマートミールやスマートミールの提供状況をレベルアップする項目です。

「健康な食事・食環境」の推進は、スマートミール以外で、さらに「健康な食事・食環境」の推進に関わる項目です。

	カテゴリ	確認	項目
オプション項目	スマートミールの展開	8	スマートミールの主食として、週3日以上、精製度の低い穀類を提供している
		9	スマートミールの主食として、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
		10	スマートミールの主食量を、選択または調整できることがメニュー選択時にわかる
		11	スマートミールの主菜の主材料として、週3日以上、魚を提供している
		12	スマートミールの主菜の主材料として、週3回以上、大豆・大豆製品を提供している
		13	スマートミールに、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
		14	スマートミールの栄養成分表示に、飽和脂肪酸の量を示している
		15	スマートミールが1日2種類以上ある
		16	スマートミールを選択するためのインセンティブがある
	26*	スマートミールの食塩相当量は、1食「ちゃん」とは2.5g未満、「しっかり」は3.0g未満である	
	「健康な食事・食環境」の推進	17	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
		18	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(給食部門は対象外)
		19	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)
		20	牛乳・乳製品を提供している
		21	果物を提供している(シロップづけを除く)
		22	減塩の調味料を提供している
		23	卓上に調味料を置いていない
		24	食環境改善のための会議等を定期的開催している
		25	従業員に対し、事業所(会社)から食費の補助がある

* 八訂で計算した「しっかり」の620~650kcal未満の場合は、食塩相当量2.5g未満で該当します。

上記のオプション項目19個のうち、
5~9個該当⇒★★★
10個以上該当⇒★★★★

□ オプション項目8

スマートミールの主食として、週3日以上、精製度の低い穀類を提供している

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

8. スマートミールの主食として週3日以上、精製度の低い穀類を提供している

様式3アップロード済

精製度の低い穀類を含む主食の具体的な内容(レシピや画像、様式3の根拠資料(栄養計算結果))と、それが週3日以上提供されていること(週間献立表やカタログなど)を提示してください。

???

【記入例】

スマートミールの主食は、「精製度の低い雑穀」ご飯をセットにして提供しており、週間メニュー表に明記している。

補足

- ① 精製度の低い穀類とは押し麦や玄米、五穀米等を指します。
- ② 精製度の低い穀類の配合割合は2割程度とします。
なお、審査の過程で精製度の低い穀類の配合割合が少ない場合は、**配合割合の見直しをしていただくこととなります。**
場合によっては、承認されない場合があります。
- ③ 精製度の低い穀類を週3日以上提供していることがわかる資料(週間メニュー表など)と、精製度が低い穀類を使用していることがわかる資料(献立表など)を、根拠資料として提出しましょう。

【根拠資料】

- ① 精製度の低い穀類を含む主食が確認できるレシピ、献立表等



審査員はここを見ている⑥

- ⑥ 精製度の低い穀類の配合割合(2割程度)を確認しています。
様式3からは、飯の量しかわかりませんので、**精製度の低い穀類の配合割合がわかる資料(献立表、レシピ等)が必要です。**
- ⑥ 週3回以上提供していることがわかる資料が必要です。(献立表、週間メニュー表等)
- ⑥ 実際に精製度の低い穀類を提供していることがわかる画像(写真)も提出してください。

事例1 精製度の低い穀類の提供

◎5日間分の献立表を資料として、
精製度の低い穀類の提供回数がわかる。


様式3 献立表 (5日間)

様式3 写真及び栄養量の根拠となる資料

※生野菜使用時、可食量が総数口になっている場合があります

月曜日	料理名	食材名	分量 (可食量)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	野菜量	
アジの香草パン粉焼き		アジ切身	80	101	15.8	3.6	0.1	0.2		
		塩こしょう	0.4	1	0.0	0.0	0.1	0.2		
		キャノーラ油	1.5	14	0.0	1.5	0.0	0.0		
		パン粉	12	45	1.8	0.8	7.6	0.1		
		おろしにんにく	0.5	1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.5	
		パセリ(乾)	0.2	1	0.1	0.0	0.1	0.0		
		オリーブオイル	0.5	5	0.0	0.5	0.0	0.0		
		レモン	8	4	0.1	0.1	1.0	0.0		
		トマトケチャップ	10	12	0.2	0.0	2.8	0.3		
		付け合せ	かぼちゃハーフスライス	30	25	0.7	0.1	5.6	0.0	30
			ナスフライ	20	33	0.2	3.1	1.2	0.0	20
			キャノーラ油	1.5	14	0.0	1.5	0.0	0.0	
			食塩	0.3	0	0.0	0.0	0.0	0.3	
		きんぴらごぼう		千切りごぼう	35	20	0.5	0.1	4.8	0.0
人参	8.5			3	0.1	0.0	0.8	0.0	8.5	
きんぴらこんにゃく	10			1	0.0	0.0	0.2	0.0	10	
キャノーラ油	1			9	0.0	1.0	0.0	0.0		
濃口しょうゆ	4.5			2	0.3	0.0	0.2	0.6		
上白糖	2			8	0.0	0.0	2.0	0.0		

- ◎ 炊飯前の米の重量と、炊飯後の飯の重量がわかる。
- ◎ 精製度の低い穀類の配合割合が、2割程度(2割)ある。

	十六穀ごはん (飯: 150g)	米	56	200	3.4	0.5	43.5	0.0	
		十六穀米	14	52	1.7	0.7	9.7	0.0	
	総合計			613	25.5	18.4	83.9	2.0	154.0
基準 (ちゃんど)			450~ 650kcal 未満	13~ 20%/E	20~ 30%/E	50~ 65%/E	3.0g未満 (2.5g未満)	140g以上	

十六穀米を提供している。

※オリーブ>26対割

事例2 精製度の低い穀類の提供

五穀米を週3回提供する旨を、資料①「バランスランチ週間献立表」及び、資料②「バランスランチ」概要説明の中に記載している。

* 週間献立表は、サンプルケース上及び社内PC内掲示板で見ることができる。
具体的な内容(画像)は、様式3-1参照。(資料③)

根拠資料に関する説明がある。

資料①

管理栄養士おすすめ! バランスランチ週間献立表

日	メニュー	白米	五穀米	野菜量
3/26	煮魚(桜えび入り野菜炒め)	*	*	野菜量175g
(月)	エネルギー 530kcal たんぱく質 12.1g 脂質 15.4g	たんぱく質 23.3g 食塩相当量 2.3g	炭水化物 99.0g 総脂肪酸 4.32g	79.3g 1.30g
3/27	野菜たっぷり親子煮(ふろふき大根)	*	*	野菜量173g
(火)	エネルギー 575kcal たんぱく質 15.4g	たんぱく質 24.5g 食塩相当量 2.9g	炭水化物 99.0g 総脂肪酸 4.32g	79.5g 1.30g
3/28	白身魚のバター醤油焼き(南瓜サラダ)	*	*	野菜量160g
(水)	エネルギー 549kcal たんぱく質 13.7g	たんぱく質 22.1g 食塩相当量 2.7g	炭水化物 99.0g 総脂肪酸 4.32g	81.4g 1.30g
3/29	厚揚げと野菜の甘酢和え(菜種和え)	*	*	野菜量190g
(木)	エネルギー 557kcal たんぱく質 15.7g	たんぱく質 21.2g 食塩相当量 2.3g	炭水化物 99.0g 総脂肪酸 4.32g	80.7g 1.30g
3/30	鯖のホイル焼き(華風和え)	*	*	野菜量175g
(金)	エネルギー 536kcal たんぱく質 14.0g	たんぱく質 22.0g 食塩相当量 2.0g	炭水化物 99.0g 総脂肪酸 4.32g	75.4g 1.10g

★お知らせ★
☆「バランスランチ」ではご飯の量が選択出来ます。(普通・小盛り)
※左の実食量はご飯普通盛りで計算しています。ご飯小盛りの詳細はバランスランチコーナーでご確認下さい。
★「バランスランチ」では、小盛りがセットになっているため、小鉢&汁も付いた総額を表示しております。
☆月・水・金曜日は五穀米での提供となります。(白米も選択出来ます)
★ご不明な点がございましたら、食堂管理栄養士までお声かけ下さい。

◎精製度の低い穀類を提供している回数がわかる。(月、水、金曜に五穀米を提供)

～バランスランチの概要～

☆1食あたり約550kcalで、炭水化物、たんぱく質、脂質のバランスがよい献立です!

[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

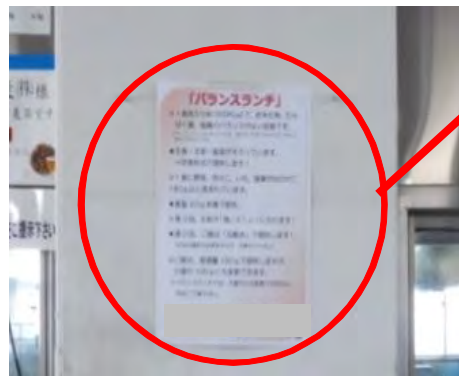
★主食・主菜・副菜がそろっています。⇒定食形式で提供! ご飯は普通盛り(150g)・小盛りが(100g)が選べます!

☆1食に野菜、きのこ、いも、海藻が合わせて140g以上含まれています。⇒野菜たっぷり!

★食塩相当量3.0g未満で提供します。

「バランスランチ」は「スマートミール」の基準に合致しています。「スマートミール」の詳しい基準もこちらでご覧下さい。

資料②



★週3回、ご飯は「五穀米」で提供します!

(白米の選択も出来ますので、お声かけ下さい)

☆ご飯は、普通量 150gで提供しますが、小盛り 100gにも変更できます。

*小盛りを選択された場合も上記の基準にあてはまります。

*大盛りには変更できません。予めご了承下さい。

資料③



3月26日月曜
煮魚定食



3月28日水曜
白身魚のバター醤油焼き定



3月30日金曜
鯖のホイル焼き

□ オプション項目9

スマートミールの主食として、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

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

9. スマートミールの主食として、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

該当資料アップロード済 一項目2でアップロードしたメニューに表示していれば、アップロードは不要です。

スマートミールの主食に、精製度の低い穀類を提供していることがわかる資料をご提示ください。

メニューブックやサンプルケースで、主食が精製度の低い穀類であることを表示している。

レジ横の購入前スペースに、主食が精製度の低い穀類であることをポスター等を使って掲示している。

その他(自由記述)

【その他の例】

・週間メニュー表に主食について精製度の低い穀類であることを記載している。

補足

製度の低い穀類を含む主食の具体的な内容に加え、**精製度の低い穀類を含む主食を提供していることを、どのように顧客のメニュー選択時に情報提供しているのか**について、確認できる情報(資料や写真等)を提示してください。

なお、「メニュー選択時にわかる」と言うのは、顧客が尋ねなくても情報が何らか提供されていることを意味します。

【根拠資料】

① 精製度の低い穀類を含む主食を提供していることが顧客にわかる資料(チラシ、メニュー表等)

事例1 精製度の低い穀類の案内 (提供カウンター)

根拠資料は、オプション8と類似します。31-33ページも参考にしてください。



カウンター



提供カウンターに、スマートミールに関するポスターを掲示して、「発芽玄米ご飯」(精製度が低い穀類)が提供されることを案内している。

□ オプション項目10

スマートミールの主食量を、選択または調整できることがメニュー選択時にわかる

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

10. スマートミールの主食量を、選択または調整できることがメニュー選択時にわかる

該当資料アップロード済 ←項目2でアップロードしたメニューに表示していれば、アップロードは不要です。

スマートミールの主食量の選択にあたって、店舗内でどのように対応しているかを提示してください。なお、主食量を選択または調整した際にも、スマートミールの基準内に入っていることを示す根拠資料を必ず提出してください。

- メニューブックやサンプルケースに、主食の種類を選択または調整できるよう掲示している。
- レジ横の購入前スペースに、主食量が3種類(例:120g/150g/180g)から選択できることを卓上資料で掲示している。
- 購入時に販売員が主食の量を選択または調整できることを声かけている。
- 主食量を増やした場合には「しっかり」に該当する旨を献立表に示している。等
- その他(自由記述)

【その他の例】

・スマートミールの主食量は150gから180gに調整できる旨を提供カウンターに表示している。

補足

- ① 主食の量が変わっても、スマートミールの基準内に入っていることを示す根拠資料を、必ず提出してください。
- ② 主食の量を「選択」または「調整」できることを、顧客のメニュー選択時にどのように情報提供しているかがわかる資料(写真等)を提示してください。

なお、「メニュー選択時にわかる」と言うのは、顧客が尋ねなくても何らかの情報が提供されていることを意味します。

【根拠資料】

- ① 顧客が主食量を選択または調整ができることがわかる資料(チラシ、メニュー、写真等)

審査員はここを見ている◎

- ◎ 主食の量を調整(変更)しても、スマートミールの基準をみたすかを見ている。

根拠資料として、主食の量ごとの、栄養価やPFCバランス(%E)等がわかる献立表等を提出してください。

- ◎ 主食の量を調整することで、スマートミールの基準を満たさない場合、そのことをお客様に案内しているかも、見ている。

例えば、主食を「大盛り」にすると、スマートミールの基準を満たさなくなる場合、お客様に対して、「大盛りはスマートミールに該当しません。」や、「普通盛りと小盛りがスマートミールに該当します。」などの案内が必要です。お客様向けの案内が確認できる資料を提出してください。

事例1 主食の量を調整できる（盛付量の見本と栄養価）

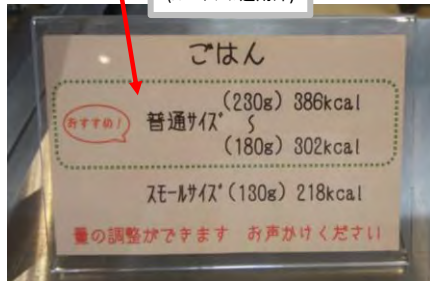
スマートミールの主食量は、普通サイズ180gから230gまで調整でき、お客様のお声がけに随時対応している旨を、提供カウンター上のPOP等で、表示・説明している。



スモールサイズ
130g
(スマートミール適用外)

普通サイズ
180g

普通サイズ
230g



スマートミールの主食量（普通サイズごはん:180g～230g）を調整できることを、提供カウンターに設置したPOPで表示している。お客様からお声かけいただき、販売員が随時調整することに対応している。

◆主食量180gでの栄養価

No	メニュー名	栄養量					PFCバランス			食品群別重量			
		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	たんぱく質 %	脂質 %	炭水化物 %	主食 飯(白米、めん類) g	主菜 (肉、魚、大豆製品) g	副菜1 (付合せ等)野菜、きのこ、いも、海藻 g	副菜2 (小鉢)野菜、きのこ、いも、海藻 g
1	鯛のもろみ焼き 野菜ときのこの和風和え	673	33.4	18.5	88.9	3.3	19.9	24.8	52.9	180	100	161	
2	バジルチキンステーキ アスパラとブロッコリーの炒め物	690	30.3	21.3	87.9	2.7	17.6	27.8	51.0	180	120	186	
3	白身魚のオーサフランソース ゴボウサラダ	693	28.4	17.1	99.7	3.2	16.6	22.2	57.5	180	100	160	
4	豚肉の和風炒め 里芋の煮物	698	30.5	17.5	99.6	2.9	17.5	22.6	57.1	180	100	185	
5	鯛のわさび塩こうじ焼き れんこんサラダ	754	34.5	22.9	96.4	3.3	18.3	27.3	51.1	180	100	163	

◆主食量230gでの栄養価

No	メニュー名	栄養量					PFCバランス			食品群別重量			
		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	たんぱく質 %	脂質 %	炭水化物 %	主食 飯(白米、めん類) g	主菜 (肉、魚、大豆製品) g	副菜1 (付合せ等)野菜、きのこ、いも、海藻 g	副菜2 (小鉢)野菜、きのこ、いも、海藻 g
1	鯛のもろみ焼き 野菜ときのこの和風和え	757	34.7	18.7	107.4	3.3	18.3	22.2	56.8	230	100	161	
2	バジルチキンステーキ アスパラとブロッコリーの炒め物	774	31.6	21.5	106.4	2.7	16.3	25.0	55.0	230	120	186	
3	白身魚のオーサフランソース ゴボウサラダ	777	29.7	17.3	118.2	3.2	15.3	20.0	60.8	230	100	160	
4	豚肉の和風炒め 里芋の煮物	782	31.8	17.7	118.1	2.9	16.3	20.4	60.4	230	100	185	
5	鯛のわさび塩こうじ焼き れんこんサラダ	838	35.8	23.1	114.9	3.3	17.1	24.8	54.8	230	100	163	

スマートミールの主食量(普通サイズごはん:180g～230g)を調整した際もスマートミールの基準を満たしている。

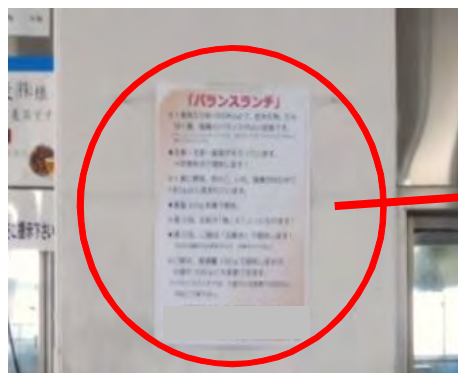
◎ スマートミールの主食のご飯量として、180gと230gの2つの栄養価の資料がある。(180～230gの範囲で調整)

◎ 主食の量が調整できることがわかる。

◎ スモールサイズは、スマートミールに該当しないことがわかる。

事例2 主食の量を調整できる（ポスター）

店内にスマートミールに関するポスターを掲示し、主食の量が選択できることを案内している。



★週3回、ご飯は「五穀米」で提供します！

(白米の選択も出来ますので、お声かけ下さい)

☆ご飯は、普通量 150g で提供しますが、小盛り 100g にも変更できます。

*小盛りを選択された場合も上記の基準にあてはまります。

*大盛りには変更できません。予めご了承下さい。

◎ 大盛りは、スマートミールに該当せず、選択できないことがわかる。

事例3 主食の量を調整できる（栄養価）

・主食の量をお客様のお声掛けに沿い販売員が調整可能。
 ・普通サイズ(180g~230g)がスマートミール基準(しっかり)に適合。その上限と下限の場合の栄養計算を記載

①鯖のもろみ焼き・野菜ときのこの和風和え

◆主食量180g

【使用食材・重量】

メニュー名	食品名	使用量(g)
鯖のもろみ焼き	さばもろみ漬け	100
(付合)	刻み昆布	6
	にんじん	5
	ちくわ	5
	めんつゆ	3
	ほうれんそう	40
	にんじん	5
	めんつゆ	2
	野菜ときのこの和風和え	とりむね肉
	きゅうり	30
	にんじん	15
	エリンギ	20
	しめじ	20
	醤油	3
	マヨネーズ	6
	砂糖	3
	穀物酢	2
ごはん	ごはん	180
みそ汁	減塩みそ	15
	カットわかめ	5
	ねぎ	5
	もやし	10

【栄養価】

エネルギー(kcal)	673
たんぱく質(g)	33.4
脂質(g)	18.5
炭水化物(g)	88.9
食塩相当量(g)	3.3

【PFCバランス】

たんぱく質(%)	19.9%
脂質(%)	24.8%
炭水化物(%)	52.9%

【副菜重量】

野菜・きのこ・いも・海藻
161g

※■の重量合計
(海藻は戻し重量)

◆主食量230g

【使用食材・重量】

メニュー名	食品名	使用量(g)
鯖のもろみ焼き	さばもろみ漬け	100
(付合)	刻み昆布	6
	にんじん	5
	ちくわ	5
	めんつゆ	3
	ほうれんそう	40
	にんじん	5
	めんつゆ	2
	野菜ときのこの和風和え	とりむね肉
	きゅうり	30
	にんじん	15
	エリンギ	20
	しめじ	20
	醤油	3
	マヨネーズ	6
	砂糖	3
	穀物酢	2
ごはん	ごはん	230
みそ汁	減塩みそ	15
	カットわかめ	5
	ねぎ	5
	もやし	10

【栄養価】

エネルギー(kcal)	757
たんぱく質(g)	34.7
脂質(g)	18.7
炭水化物(g)	107.4
食塩相当量(g)	3.3

【PFCバランス】

たんぱく質(%)	18.3%
脂質(%)	22.2%
炭水化物(%)	56.8%

【副菜重量】

野菜・きのこ・いも・海藻
161g

※■の重量合計
(海藻は戻し重量)

□ オプション項目12

スマートミール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

補足

スマートミール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ことを確認する項目です。

提供する大豆・大豆製品の料理の内容について、メニューの栄養成分(様式3)を提出するとともに、主菜の主材料として、週3回以上、大豆・大豆製品を提供していることが確認できる(写真等)を提出してください。

【根拠資料】

- ① 週3日以上、スマートミールに大豆・大豆製品を提供していることがわかる資料(メニュー表等)

審査員はここを見ている👁

- 👁 根拠資料として週間献立表等を提出する場合は、様式3と同一メニューのものにしてください。実際に提供している料理で確認します。

□ オプション項目13

スマートミールに、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

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

<input checked="" type="checkbox"/> 13. スマートミールに、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 checked="" type="checkbox"/> 該当資料アップロード済 ← 項目2でアップロードしたメニューに表示していれば、アップロードは不要です。
該当する栄養成分表示とその提供方法を提示してください。飽和脂肪酸の量を示す場合は、脂質の次(または下)に書いてください。
<input checked="" type="radio"/> 商品へのシール貼付、メニュー表への提示等
<input type="radio"/> その他(自由記述) <input style="border: 2px solid red; width: 500px; height: 20px;" type="text"/>

【その他の例】

・栄養成分表示をサンプルディスプレイに示している。

補足

- ① 食品表示法に基づく栄養成分表示の義務化5項目(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量)が該当します。
- ② 表示の順番は、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の順です。
〔 ・もし、飽和脂肪酸を示す場合は、脂質の後です。
・もし、野菜等の重量を示す場合は、食塩相当量の後です。 〕
- ③ スマートミールの栄養成分表示を、どのように提供しているのかについて、確認できる資料(写真等)を提示してください。

【根拠資料】

- ① スマートミールの栄養成分表示の状況がわかる写真、メニュー表等



審査員はここを見ている⑥

- ⑥ 栄養成分表示の記載の順番を見ている。
食品表示基準により、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の順番で記載することになっていますので、正しい順番で記載されているか確認してください。
- ⑥ 一般の人には「カロリー」という方が馴染みがあるかもしれませんが、「カロリー」という表記は間違いです。正しくは、「エネルギー」です。
- ⑥ 「塩分」や「塩分量」という表記も間違いです。正しくは「食塩相当量」です。
- ⑥ たんぱく質は、「たんぱく」の部分をひらがなで書きます。
- ⑥ 表示する栄養成分の単位も必ず示してください。
エネルギーの単位は「kcal」で示してください。また「k」は小文字です。

根拠資料の記載が正しいか確認してください。

誤っている場合は、チラシ、ポップ類などすべて修正していただくことになります。

資料13 (オプション項目No.13) 栄養成分表示

■プライスカードに記載

・サンプルコーナーで、スマートミールの料理サンプルとともに栄養成分表示を掲示している。



おろし豚しゃぶの香味リース セット		エネルギー	694 kcal
¥ 410		たんぱく質	28.8 g
		脂質	23.1 g
		炭水化物	87.6 g
		食塩相当量	2.8 g
		野菜量	255 g

サンプル台



提供コーナー



オプション項目13

スマートミールに、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

Smart Meal
スマートミール

1月24日(月)

※写真はイメージです。

鶏肉のチーズパン粉焼き

キャベツの塩昆布和え / 発芽玄米ご飯 / 根菜たっぷりスープ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	野菜重量
579 kcal	28.4 g	17.0 g	76.3 g	2.1 g	154 g

500円 (税込550円)

卵	牛乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
Egg	Milk	Wheat	Soba	Peanut	Shrimp	Crab
●	●	●				

このメニューは、アレルギー表示の対象となる食品が複数含まれています。アレルギーのある方は、ご注文の際は必ずアレルギー表示のメニューをお選びください。

◎ 正しい記載順番(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量、野菜重量)の順で示されている。

□ オプション項目15 スマートミールが1日2種類以上ある

補足

- ① スマートミール「ちゃんと」と「しっかり」を、1日で両方提供している場合、それぞれに5メニューの提示が必要です。
- ② 「スマートミールが2種以上ある」は、「異なる主菜のとき」に、カウントできます。
- ③ 主食量が異なる場合、小鉢が異なる場合、デザートが異なる場合では、2種としてカウントできません。

【根拠資料】

- ① スマートミールが2種類以上提供されていることがわかるチラシ、メニュー表等

事例1 スマートミールが1日2種類以上ある

様式3

◎ 「ちゃんと」と「しっかり」で、異なる主菜のメニューが提供されている。

応募事業者名：		メニュー-1	メニュー-2	メニュー-3	メニュー-4	メニュー-5	メニュー-6	メニュー-7	メニュー-8	メニュー-9	メニュー-10
項目	基準・目安	メニュー名	メニュー名	メニュー名	メニュー名	メニュー名	メニュー名	メニュー名	メニュー名	メニュー名	メニュー名
メニュー名		豆腐ハンバーグ	豚肉と豆腐のキムチ炒め	油1/2カット 惣の米粉揚げ	中華飯	カツ丼	日辛黒胡椒だれ唐揚げ	白身魚の二色天ぷら	1/2日野菜が摂れるエビ中華炒め	白身魚のサラダ仕立てバルサミコンソース	トマト巻る鶏チリソース
パターン		主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+副食(主菜・副菜)	主食+副食(主菜・副菜)	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜	主食+主菜+副菜
種類	ちゃんと-しっかり	ちゃんと	ちゃんと	ちゃんと	ちゃんと	ちゃんと	しっかり	しっかり	しっかり	しっかり	しっかり
エネルギー (kcal)	ちゃんと450~650kcal未満 しっかり650~850kcal	579.0	614.0	625.0	646.0	638.0	767.0	791.0	686.0	675.0	702.0
栄養量 (g)											
たんぱく質		23.6	23.4	24.4	23.0	21.4	29.1	31.4	27.2	27.5	27.2
脂質		13.7	17.5	17.3	17.1	17.2	19.9	21.3	22.4	21.5	22.4
炭水化物		88.2	86.0	88.2	95.6	7.0	108.9	112.2	90.0	89.3	93.2
食塩相当量	基準：ちゃんと3.0g未満 しっかり3.5g未満	2.70	2.90	2.90	2.60	2.90					
PFIC(ランス (%)											
たんぱく質	基準：13~20%E	16.3	15.2	15.6	14.2	13.4					
脂質	基準：20~30%E	21.3	25.7	24.9	23.8	24.3					
炭水化物	基準：50~65%E	60.9	56.0	56.4	59.2	60.8					
各料理別重量											
主食	目安：150~180g(ちゃんと) 170~220g(しっかり)	175	175	175	220	200	~	~	~	~	~
主菜	目安：60~120g(ちゃんと) 90~150g(しっかり)	120	106	80	90	100	80	80	110	80	100
野菜等	野菜、きのこ、海藻	170	202	155	197	142	142	159	233	160	149
主菜の主材料 (○を付ける)											
魚				○				○		○	
肉		○	○		○	○	○		○		○
卵類					○	○					
大豆・大豆製品		○	○								
販売情報											
提供食数/日(数)		35	25	10	40	45	35	35	30	25	40
価格(税込)(円)		319	319	319	319	319	319	319	319	319	319
提供方法	定番・日替り・連替り・月替り・季節毎(3ヶ月替り)	日替り	日替り	日替り	日替り	日替り	日替り	日替り	日替り	日替り	日替り
提供時間	朝・昼・夜	昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
カフェテリア形式での提供	有/無	有	有	有	有	有	有	有	有	有	有

◎ 「ちゃんと(5種類のメニュー)」と、「しっかり(5種類のメニュー)」の両方を提供している。

1. 該当するメニューの栄養成分等について、入力してください(栄養量は、小数点第二位を四捨五入し、第一位まで、PFIC/ランスと各料理別重量は、小数点第一位を四捨五入し、整数で示してください)。
 2. 定番として毎日同じメニューを提供する場合にはそのメニュー-1種類を入力してください。
 3. 日替りとしてメニューを提供する場合には、連続する5日間分のメニューを、週替りは原則連続4週間分、月替りは連続4か月分について入力してください。
 4. 提示されたメニューの写真及び栄養量の根拠となる資料(使用食材及び使用重量が示された栄養計算結果など：様式は不問)は、資料番号をつけてフォームの最後にアップロードしてください。

□ オプション項目16

スマートミールを選択するためのインセンティブがある

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

<input type="checkbox"/> 16. スマートミールを選択するためのインセンティブがある
スマートミールを選択するためのインセンティブの内容と、その内容をどう顧客に知らせているかを提示してください。
<input type="radio"/> 他のメニューよりも多くポイントがつく。 <input type="radio"/> 他のメニューの価格帯よりも若干安く設定している。 <input type="radio"/> スマートミールを選択した場合、支払った費用の一部が返金される 等 <input type="radio"/> その他(自由記述) <input style="border: 2px solid red;" type="text"/>

【その他の例】

- ・スマートミール喫食時のみポイントがつき、ポイントがたまると特典がある。

補足

インセンティブとは、他のメニューより安い、または、ポイントサービスがあるなどのお得感を指します。

【根拠資料】

- ① スマートミールの選択を促進するインセンティブがわかる資料(ポイントカード等)

事例1 インセンティブがある(ポイント取得)

様式2-2 問16 添付資料

● オプション項目

項目16: スマートミールを選択する為のインセンティブがある



スマートミール対象商品をご利用頂くとスタンプを1つもらえます
ポイントがたまればヨーグルトのデザートが1つ無料になります。

□ オプション項目26

スマートミールの食塩相当量は、1食「ちゃんと」は2.5g未満、「しっかり」は3.0g未満である

補足

- ① 「日本人の食事摂取基準2020年版」において、食塩相当量の1日当りの目標量が、男性7.5g未満、女性6.5g未満と、2015年版に比べ、0.5g低下したことに対応して、スマートミールのさらなる減塩をめざしていただくための項目です。
- ② 「ちゃんと」の場合は食塩相当量2.5g未満、「しっかり」の場合は食塩相当量3.0g未満のスマートミールを提供する場合に該当します。
ただし、**八訂で計算した「しっかり」の620～650kcal未満の場合は、食塩相当量2.5g未満で該当します。**



審査員はここを見ています ⑥

- ⑥ 食塩相当量は、1食全体の食塩相当量（「ちゃんと2.5g未満」「しっかり3.0g未満」と、料理毎の味付け（塩分パーセント）も見ています。
- ⑥ **栄養量の根拠資料では、1品毎に食塩量を算出してください。**
- ⑥ 味噌汁など汁物は、水（またはだし汁）の量も示してください。
- ⑥ 味付けをしていない料理や、極端に味付けが薄い料理がないか、見えています。単なる帳尻合わせになってはいけません。
- ⑥ 一般的に調味料をかけて食べるメニュー（例サラダ）では、標準的な調味料の量で栄養計算に含んでください。（Q&A31参照）

□ オプション項目17

メニューに漬物や汁物を付けないことができ、メニュー選択時にわかるように表示している

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

17. メニューに漬物や汁物を付けないことができ、メニュー選択時にわかるように表示している

スマートミール以外のメニューで、漬物や汁物を付けないことができることを、該当店舗内でどのように対応しているかを提示してください。
なお、本項目は、漬物や汁物がついていることが前提となる項目です。
スマートミールのみで行っている場合は、該当しません。店内の他のメニューあるいは、店内の他のメニューとスマートミールで行っている場合、該当します。
スマートミールにおいては、選択に関わらず、スマートミールの基準内で調整されている必要があります。その根拠資料もあわせて提示してください。

- 定食についている漬物について、「不要な方はお申しつけください」と注文窓口の卓上資料に表示するとともに、要望があった場合には定食から外して提供している。
- コースのスープを外せる旨をメニューブックに記載しており、要望に応じて、提供の際、対応している。
- その他(自由記述)

【その他の例】

- ・スマートミール以外の定食で汁物を付けないことが出来ることを提供カウンターで表示している。

補足

- ① **スマートミール以外のメニューが対象**です。
スマートミールのみで対応している場合はこの項目には該当しません。
- ② スマートミール以外のメニューが対象ですが、もし、スマートミールで汁物を付けないことができる場合は、汁物なしでもスマートミールの基準を満たしている必要があります。

(注意)

カフェテリア形式においては、この項目は該当しません。
Q&A (オプション項目17)を参照してください。

【根拠資料】

- ① **漬物や汁物がつけられているメニュー**で、顧客が漬物や汁物を付けない選択ができることがわかるメニュー表等

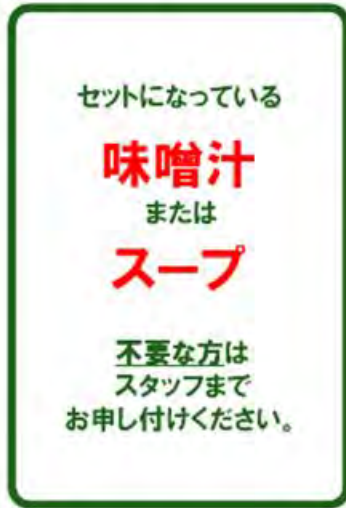


審査員はここを見ている⑥

- ⑥ スマートミールの汁物を付けないようにする場合、汁物を除いてもスマートミールの基準(特に野菜重量140g以上)を満たす必要があります。

資料17（オプション項目No.17）汁物を付けないことができる

■提供カウンターで表示



□ オプション項目18

ソースやマヨネーズなどの調味料を別添えで提供している

オプション項目18は、
給食では、該当しない項目

□ オプション項目19

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)

応募申請フォーム(Web)より
内容を記載してください。

19. 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)

スマートミールの他に、店舗内で常時提供されている野菜の小鉢やサラダの単品メニューと、そのメニューに野菜が70g以上含まれていることを提示してください。
なお、サラダバーを実施している場合には、その状況がわかる写真を提示してください。
また、小鉢などで野菜料理を提供している場合には、レシピ内容及び販売風景(副菜のセット状況)がわかる写真を提示してください。

【記入例】

- ・サラダの単品メニューを毎日提供している。
- ・サラダバーを毎日提供し、サラダバーコーナーに野菜重量70gの見本を設置している。

補足

サラダバーは、70gの野菜を盛りつけたサンプルを掲示する。

【根拠資料】

- ① 単品メニューの場合、含まれている野菜の種類と重量がわかる資料
- ② 単品メニューの場合、提供方法がわかるチラシやメニュー表
- ③ サラダバーの場合、通常提供されている野菜の種類がわかる資料
- ④ サラダバーの場合、顧客が70g以上を選択できる情報提供がわかる店舗内の写真等



審査員はここを見ています ㊦

- ㊦ サラダ等が70g以上であることがわかる資料が必要です。
食材および使用重量がわかる資料(献立表等)を提出してください。
- ㊦ 日替わりでサラダの内容が異なる場合は、
提供している複数のサラダの献立表を提出してください。
- ㊦ 毎日提供していることがわかる資料(週間献立表等)が必要です。
- ㊦ サラダバーの場合は、サラダバーで提供している野菜の種類がわかる資料と、
顧客が70g以上の野菜を選択できるよう情報提供していることがわかる資料が必要です。
例えば、一皿70gの野菜を盛り付けた見本を展示しているなど、
情報提供の方法がわかる資料(店舗内の写真でも可)を提出してください。

事例1 野菜70g以上のメニュー提供

【サラダバー】



◎ 顧客が野菜70g以上を選択できるよう、情報提供を行っている。



・サラダバーを毎日提供している。

・野菜70gの見本を設置している。

事例2 野菜70g以上のメニュー提供

NG事例

毎日、単品サラダを販売している。

※ 内容はおおむね同じです

【普通盛 ※写真上部】

キャベツ	20g
ブロッコリー	20g
トマト	15g
ポテトサラダ	25g

合計 80g

【注意】

- ◎ ポテトサラダを除くと、55gになり、オプションの基準(70g以上)を満たさない。⇒ オプション対象外
- ◎ ポテトサラダを除いても、70g以上になるようにする。
- ◎ いも類等の炭水化物に偏ったメニューにならないようにしましょう。(応募要項参照)



□ オプション項目20 牛乳・乳製品を提供している

応募申請フォーム(Web)より
内容を記載してください。

□ 20. 牛乳・乳製品を提供している

スマートミールの他に、店舗内で常時提供されている牛乳・乳製品の内容と、その1回当たりの提供量を提示してください。なお、提供目安量は100～200gまたは100～200mlです。

【記入例】

・食堂のレジ横で毎日ヨーグルト(100g)を毎日販売している。

補足

- ① 食堂に牛乳・乳製品を販売している、もしくは販売機を設置している場合に当てはまります。
- ② 食堂に隣接した別会社が運営する売店で販売されている場合には、様式1の「協力・連携している事業者・団体名」にその会社名を記入してください。

ただし、食堂利用者が選択できることが条件となるため、食堂とは異なるフロアにある場合は該当しません。

なお、認証期間の途中で、該当品の販売・提供等がなくならないように、応募前に、事業者にて認証制度や応募について状況を伝え、理解いただいてからWeb申請してください。

- ③ **牛乳・乳製品の定義**
食事バランスガイドに準じ、1メニュー(1商品)でカルシウム70mgを含むものとしています。

【根拠資料】

- ① 牛乳・乳製品が1メニュー(1商品)100～200gまたは100～200ml提供されている状況がわかる資料(材料と重量を示す資料、写真、メニュー表等)

 **審査員はここを見ている** ⑥

- ⑥ **カルシウム70mgを含むかを見ている。**

発酵乳や乳酸菌飲料などの商品は、パッケージを参考に、商品名、内容量、カルシウム量を示してください。

事例1 牛乳・乳製品の提供（牛乳販売）

・食堂に併設されている喫茶で、牛乳を販売している。（食堂への持ち込み可）



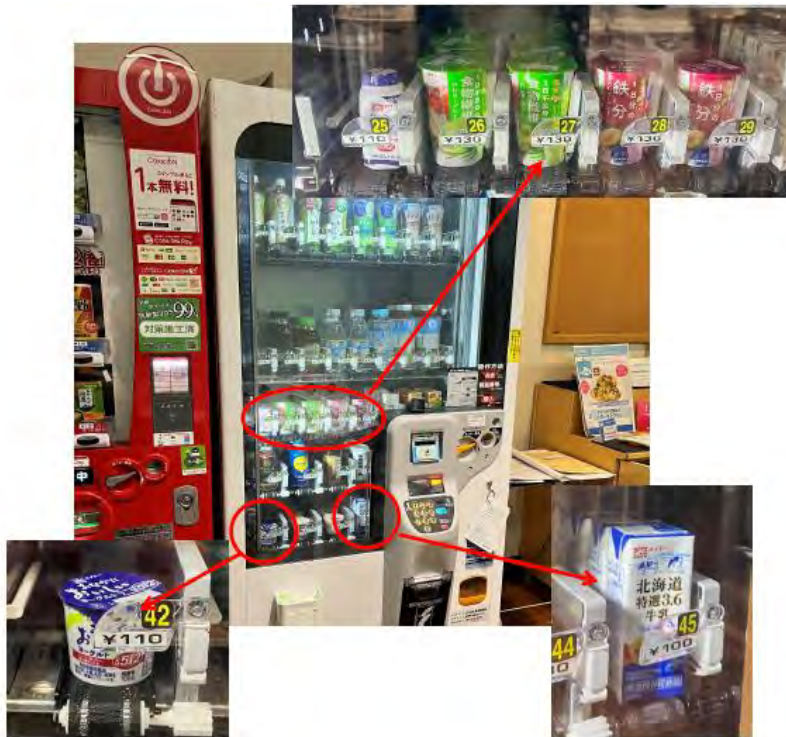
ミルク(アイス/ホット): コップ1杯当たり約200g

事例2 牛乳・乳製品の提供（自動販売機）

様式2-2 オプション項目20 説明資料
スマートミール展開20 牛乳・乳製品を提供している。

食堂 自販機が設置されている。
おなかにおいしい のむヨーグルト 110ml
1日不足分の食物繊維 のむヨーグルト 180g
1日不足分の鉄分 のむヨーグルト 180g
おなかにおいしい ヨーグルト 100g
北海道 特選 3.6牛乳 200ml

◎ 商品名と内容量が示されている。



□ オプション項目21 果物を提供している(シロップづけを除く)

応募申請フォーム(Web)より
内容を記載してください。

□ 21. 果物を提供している(シロップづけを除く)

スマートミールの他に、店舗内で常時提供されている果物の内容と、その1回当たりの提供量を提示してください。
なお、提供目安量は100~200g(廃棄率込みの場合)で、シロップづけは除きます。
(可食部で考えると、65~120g程度が目安ですので、65g/皿以上の提供を目安としてください。)

【記入例】

- ・日替わりでフルーツの盛り合わせの単品メニューを毎日提供している。

【根拠資料】

- ① 果物が1メニュー(1商品)100~200g(可食部で65g以上)提供されている状況がわかる資料
(写真やメニュー表等)

審査員はここを見ている👁

- 👁 果物の可食部が65g以上かを見ている。
 - ・提供されている具体的な内容(材料、**可食部の重量**)に加え、どのように提供しているかがわかる資料(写真、メニュー表等)を提出してください。
 - ・複数の果物を盛り合わせる場合は、合計重量も示してください。

事例1 果物の提供

- ・毎日、可食部65g以上の果物(小鉢)を提供している。

日替わり カットフルーツ		盛付目安	可食部重量
月曜日	グレープ(白) パイナップル	1/8×2個 1/32×2個	55g 69g 合計124g
火曜日	オレンジ キウイ	1/8×2個 1/4×2個	55g 40g 合計 95g
水曜日	グレープ(赤) バナナ	1/8×2個 1/4×2個	55g 58g 合計113g
木曜日	グレープ(白) リンゴ	1/8×2個 1/12×2個	55g 36g 合計 91g
金曜日	オレンジ パイナップル	1/8×2個 1/32×2個	55g 69g 合計124g



□ オプション項目22 減塩の調味料を提供している

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

22. 減塩の調味料を提供している

該当店舗で減塩の調味料をどのように提供しているかを提示してください。減塩調味料をスマートミールのみで用いている場合はチェックできません。オプション22をチェックされる場合、スマートミール以外での根拠をご提出ください。

- 味噌汁で減塩味噌を使用している。・サラダで減塩ドレッシングを使用している。等
 その他(自由記述)

【その他の例】

・調味料コーナーに減塩醤油、ソース、ドレッシングを設置している。

補足

- ① スマートミール以外のメニューでも、減塩を推進することを目的とした項目です。
- ② スマートミールで、減塩調味料を使用しても構いませんが、**スマートミールのみで減塩調味料の使用した場合は、オプションは取得できません。**
- ③ 減塩しやすい容器を用いた調味料の提供も該当します。
- ④ 料理で減塩調味料を使用している場合も該当します。
この場合は献立表で減塩調味料を使用している根拠資料を添付してください。

【根拠資料】

- ① 具体的な減塩調味料とどのように提供しているかが確認できる資料
(栄養量を示す資料や減塩調味料が提供されている写真等)

事例1 減塩調味料の提供

- ・減塩醤油を準備
- ・減塩みそ汁を提供 (普通のみそ汁と選択できる)



◎ 減塩タイプであることがわかる。

事例2 減塩調味料の提供

- ① バランスランチには減塩醤油を使用（添付資料2「献立表」参照）
- ② 食堂ホール用の調味料にも、減塩醤油を設置。

添付資料 2

献立表 2

現場情報：2018/2/28～2018/3/5日

バランスランチ献立表(普通盛り)

日	火	水	木	金
28	27	26	25	24
■ご飯(五穀米) 精白米 66g 雑穀米 5g ■煮魚 ・めばる 60g ・ほしほし(白身魚) 40g ・玉葱 30g ・ごぼう 30g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・長ネギ(白の部分) 10g ・ごぼう 30g ・だいこん 50g ■桜エビと野菜炒め ・さくらえび 5g ・キャベツ 30g ・もやし 20g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・白絞油 5g ・塩 0.2g ■味噌汁(小皿) ・味噌 10g ・長ネギ 30g ・長ネギ 30g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g	■ご飯(五穀米) 精白米 70g ■野菜たっぷり親子煮 ・鶏肉もも(皮付生) 40g ・玉葱 30g ・ごぼう 30g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・長ネギ(白の部分) 10g ・みりん 5g ・キャサヤ(冷凍) 3g ・卵(鶏卵) 60g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g ■心ふく大根 ・だいこん 80g ・いりたまご 3g ・顆粒和風だし 0.8g ・上白糖 2g ・みりんタイプ 3g ・みそ 4g ・キャベツ 20g ・もやし 20g ・ピーマン 20g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g	■ご飯(五穀米) 精白米 66g 雑穀米 5g ■煮魚 ・めばる 60g ・ほしほし(白身魚) 40g ・玉葱 30g ・ごぼう 30g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・長ネギ(白の部分) 10g ・ごぼう 30g ・だいこん 50g ■桜エビと野菜炒め ・さくらえび 5g ・キャベツ 30g ・もやし 20g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・白絞油 5g ・塩 0.2g ■味噌汁(小皿) ・味噌 10g ・長ネギ 30g ・長ネギ 30g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g	■ご飯(五穀米) 精白米 70g ■野菜たっぷり親子煮 ・鶏肉もも(皮付生) 40g ・玉葱 30g ・ごぼう 30g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・長ネギ(白の部分) 10g ・みりん 5g ・キャサヤ(冷凍) 3g ・卵(鶏卵) 60g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g ■心ふく大根 ・だいこん 80g ・いりたまご 3g ・顆粒和風だし 0.8g ・上白糖 2g ・みりんタイプ 3g ・みそ 4g ・キャベツ 20g ・もやし 20g ・ピーマン 20g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g	■ご飯(五穀米) 精白米 66g 雑穀米 5g ■煮魚 ・めばる 60g ・ほしほし(白身魚) 40g ・玉葱 30g ・ごぼう 30g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・長ネギ(白の部分) 10g ・ごぼう 30g ・だいこん 50g ■桜エビと野菜炒め ・さくらえび 5g ・キャベツ 30g ・もやし 20g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・白絞油 5g ・塩 0.2g ■味噌汁(小皿) ・味噌 10g ・長ネギ 30g ・長ネギ 30g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g

◎ スマートミールでは、減塩醤油を使用している。

26	27	28
■ご飯(五穀米) 精白米 66g 雑穀米 5g ■煮魚 ・めばる 60g ・ほしほし(白身魚) 40g ・玉葱 30g ・ごぼう 30g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・長ネギ(白の部分) 10g ・ごぼう 30g ・だいこん 50g ■桜エビと野菜炒め ・さくらえび 5g ・キャベツ 30g ・もやし 20g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・白絞油 5g ・塩 0.2g ■味噌汁(小皿) ・味噌 10g ・長ネギ 30g ・長ネギ 30g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g	■ご飯 精白米 70g ■野菜たっぷり親子煮 ・鶏肉もも(皮付生) 40g ・玉葱 30g ・ごぼう 30g ・にんじん 20g ・ピーマン 20g ・長ネギ(白の部分) 10g ・みりん 5g ・キャサヤ(冷凍) 3g ・卵(鶏卵) 60g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g ■心ふく大根 ・だいこん 80g ・いりたまご 3g ・顆粒和風だし 0.8g ・上白糖 2g ・みりんタイプ 3g ・みそ 4g ・キャベツ 20g ・もやし 20g ・ピーマン 20g ・顆粒和風だし 0.8g ・みそ 10g	■ご飯(五穀米) 精白米 66g 雑穀米 5g ■白身魚のバター醤油焼 ・からすがれい 60g ・小麦粉 5g ・有塩バター 5g ・減塩しょう油(醤油) 0.2g ■野菜ソテー ・ブロッコリー(冷凍) 50g ・玉葱 20g ・ミニトマト 20g ・白絞油 1g ・塩 0.2g



減塩醤油
 15.0mlあたり塩分相当量 1.2g
 かけ過ぎにご注意下さい。

- ◎ 減塩タイプであることがわかる。
- ◎ スマートミール以外の食事でも、減塩調味料を提供している。
- スマートミールのみで、減塩調味料を使用している場合は該当しないが、他の食事でも減塩調味料を提供しているため、該当する。(Q&A85参照)

□ オプション項目23 卓上に調味料を置いていない

応募申請フォーム(Web)より

該当項目にチェックを入れ、該当しない場合は「その他」にチェックを入れて、内容を記載してください。

<input type="checkbox"/> 23. 卓上に調味料を置いていない(外食及び給食該当項目)
該当店舗内で卓上に調味料を置いていないことを提示してください。
<input type="radio"/> 各テーブルに調味料が置かれていない様子。調味料の利用方法に関する店舗内のPOPや卓上資料等
<input type="radio"/> その他(自由記述) <input type="text"/>

補足

①卓上に調味料が置いていないこと、②調味料が1ヶ所に集中して置いてあることの、2つの画像を根拠資料とします。

【根拠資料】

① 卓上に調味料が置いていないことがわかる写真等

事例1 卓上に調味料をおいていない

- 調味料類(醤油・減塩醤油・ソース・酢)は1か所に設置。



◎ 各テーブルには、調味料が置かれていない。



◎ 調味料が1か所にまとめて設置されている。

□ オプション項目24

食環境改善のための会議等を定期的に開催している

応募申請フォーム(Web)より
内容を詳細に記載してください。

<input type="checkbox"/> 24. 食環境改善のための会議等を定期的に(年4回以上)開催している
会議の名称, 参加者, 開催日時, 場所, 検討事項(内容)について記載してください。
<div style="border: 2px solid red; height: 50px; width: 100%;"></div>

【記入例】

会議名称：食堂委員会
参加者：総務部及び委託給食会社の各担当者
開催頻度：毎月
場所：食堂ホール
会議内容：定例報告、イベント実施計画及び報告等

補足

- ① 食環境改善のための会議とは、スマートミールの開発及び普及啓発するために、関係者が集まって話し合う会議のことを指します。
- ② 給食会議、食堂会議など給食会社と定期的実施されている会議が該当します。
なお、定期的とは、年4回以上開催されていることを意味します。
- ③ 過去の開催実績(日時、開催場所、参加者・検討事項等)について確認できる情報(資料や写真等)を提示してください。
- ④ 会議の議事録の添付までは不要です。

【根拠資料】

- ① 定期的に会議が開催されていることがわかる資料(例:給食委員会の年間スケジュール等)
(過去の開催実績については、応募フォームへの「会議の名称、参加者、開催日時、場所、検討事項(内容)」の記載を以て、資料の提出に代えることができる。)

事例1 食環境改善のための会議等を定期的に開催（会議概要）

項目 24 食環境改善のための会議等を定期的に開催している

- ・毎月「定例会」を開催（1～1.5時間程度）
- ・参加者 約9名（ 株式会社、株式会社 ）
- ・主な内容 前月のマネジメントレポート(右画像)をもとに、報告・検討
 - ①利用実績(弁当、 工場、 工場、社員寮含む)
 - ②収支内訳
 - ③イベント実施報告
 - ④残食状況報告
 - ⑤メニューについて
 - ⑥お客様の声への回答・対応
- ・2020年度 開催実績
4/24、5/27、6/24、7/29、8/27、9/25、10/29、11/26、12/23

- ◎ 個人名等は黒塗りでよい。
- ◎ 会議の名称、参加者、開催日時、検討事項(内容)等の会議概要がわかる。
- ◎ 検討事項(内容)の資料がある。

事例2 食環境改善のための会議等を定期的に開催（会議概要）

- ・毎月1回給食会社と給食委員会を開催している。
(添付ファイル4:2018年給食委員会開催日程・給食会議議事録 参照)
- ・会議回数:月1回(第3水曜日)13:15～
- ・開催場所:クライアント側会議室
- ・参加者 :〈クライアント側〉所長、総務部長、総武室長、給食担当者
〈当社〉栄養担当、現場責任者、管理栄養士2名(本社、現場)
- ・検討事項:メニューの販売実績、要望、イベント計画、食堂内施設に関する要望等。

添付資料 4

2018年度 給食委員会日程

■厚生館 第2応接室 13:15～

月	日(水)	夕食中止		大型連休
		土曜振動日	大型連休前日	
1月	25日(木)	6日	—	～4日
2月	22日(木)	—	—	
3月	14日	—	—	
4月	18日	—	—	
5月	16日	—	2日(水)	3日～6日
6月	20日	—	—	
7月	18日	—	—	
8月	16日(木)	—	10日(金)	11日～15日
9月	19日	29日	—	
10月	17日	—	—	
11月	21日	—	—	
12月	19日	—	28日(金)	29日～

事例3 食環境改善のための会議等を定期的に開催

NG事例

資料:会議実施状況



【注意】

- ◎ 会議の様子(写真)だけでは、オプションは認められません。会議の名称、参加者、開催日時、検討事項(内容)等の会議概要がわかる資料を提出してください。

□ オプション項目25

従業員に対し、事業所(会社)からの食費の補助がある

補足

- ① 食費の補助とは、健康な食事・食環境の推進のために、利用者の負担を低減し、社員食堂の利用促進につながるように利用者の購入価格を下げる補助があることを指します。
- ② 委託費(管理費)契約、補助金契約は、請求書を根拠資料とすると良いです。ただし、金額、会社名など外部に公表できない内容は、黒く塗りつぶしてください。
- ③ 上記以外の契約の場合は、可能な範囲で契約書の抜粋した内容を根拠資料としてください。

【根拠資料】

- ① 食費の補助がわかる資料(従業員に対する案内等)

事例1 食費の補助

- ・給食受託会社には、毎月管理費が支払われており、その分従業員には安く食事を提供できる環境である。(管理費請求書(右記)を根拠資料として提示。)

オプション19項目のうち5項目以上で★★(2つ)、

10項目以上で★★★(3つ)の承認申請が可能です!!

(クライアント様への認証制度の概要説明は27ページを、Web申請は次ページを参照してください。)

III.応募書類の送付（Web申請）

応募はWebで実施します。
Web上で必要事項を入力し、根拠資料をアップロードします。

【Web応募フォーム】

赤枠部分はクライアント情報

応募事業者名

ふりがな
じょしえいはうたいびく

ここに記載の事業所名が
HPに掲載されます。

応募事業者
女子栄養大学 学生食堂

350 - 0214 郵便番号検索

埼玉県坂戸市千代田3-9-21

クライアント1社で、複数箇所の
申請をする場合は、
食堂名をすべて記載してください。

スマートミール提供店舗・食堂名:
(提供店舗が複数ある場合は、すべてご入力ください)

担当部署名

担当部署名

担当者役職

担当者役職

役職なし

担当者氏名

ふりがな
姓(かな) 名(かな) ためう

姓 深養 名 太郎

担当者連絡先

TEL
049 - 282 - 3721

FAX

アドレスは、ID取得時に自動で入ってしまうので、
クライアントへの提出時には、削除してください。

応募事業者 担当者E-mail

info@smartmeal.jp
info@smartmeal.jp (破引用、再入力してください)

協力・連携事業者・団体名

※協力・連携している団体がある場合のみ記入ください。
※給食業務を委託している場合はこの欄に給食受託会社名が入ります。

協力事業者名 事業者名・団体名

緑枠の箇所は、
給食会社で入力できる
内容ですが、赤枠部分を
入力しないと
登録できません。

III.応募書類の送付（Web申請）

賢く食べて健康に！
Smart Meal 「健康な食事・食環境」認証制度

本応募申込書に記入いただく前に、応募要項を必ずご確認ください。記入可能な箇所全てにご記入をお願いいたします。
記入漏れがある場合、審査対象外になる場合があります。

[回答内容一覧確認ページへ](#)

応募フォームは、『登録ボタン』を押して一時保存が可能です。

【様式1】

- 応募事業者情報
- 応募に関する内容及び同意確認
- 審査料
- 給食部門・食堂（給食受託会社）情報

必須項目【様式2-1】

- スマートミールの基準 No.1~2
- スマートミールのプロモーション No.3~4
- 「健康な食事・食環境」の運営体制 No.5~7

オプション項目【様式2-2】

- スマートミールの展開 No.8~12
- スマートミールの展開 No.13~16、26
- 「健康な食事・食環境」の推進 No.17~25
- オプション項目チェック数

【様式3】

- 【様式3】写真及び栄養量の根拠となる資料

回答内容をご確認いただき、問題なければ完了にチェックをし「応募完了登録」ボタンをクリックしてください。

完了

[回答内容一覧確認ページへ](#)

- ・こちらをクリックすると、応募完了です。応募完了後の修正はできません。
- ・修正をする際は、事務局にメールで問い合わせください。
(問い合わせフォーム：<https://smartmeal.jp/pg566.html>)

「健康な食事・食環境」認証制度応募事例集(2024・第8回版)-給食部門-

2020年10月 初版

2022年12月 2022年版

2024年1月 2024・第8回版

日本給食経営管理学会・日本給食サービス協会／産学連携委員会

一般社団法人日本給食経営管理学会 スマートミール評価検討委員会

一般社団法人日本給食経営管理学会 スマートミール評価検討委員会