

「スマートミール」(ちゃんと) のプロモーション サンプル

〇〇〇〇屋

ご予約・お問い合わせはこちらまで

☎ 000-000-0000 注文受付 9:30 ~ 17:30

申請中!

賢く食べて健康に
Smart Meal
スマートミール

お魚のホイル焼き定食

十六穀米、ごろっとお芋とお魚のホイル焼き
こも豆腐のお味噌汁 季節の野菜(小鉢)

¥ 000 (税込)



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

おすすめ

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

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

オプション項目 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

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

ごはんの量(160g)を
180gにも調整できます!

必須項目 2

スマートミールの情報を提供している

ごはん 160g の場合

エネルギー 547kcal たんぱく質 25.0g 脂質 15.3g 飽和脂肪酸 4.8g
炭水化物 75.5g 食塩相当量 2.0g 野菜等重量 165g

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提供している

健康づくりに役立つ栄養バランスのとれた食事のこと

スマートミールとは? 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。



この定食はスマートミールの基準(ちゃんと 450 ~ 650kcal 未満)を満たしています。
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

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)に掲載された一日の推定エネルギー必要量の1/3量を適正として考えた場合の例です。
必要なエネルギー量は個人によって、また日々の活動量によって異なります。体重や体格の変化をみながら、食事の選択を調整しましょう。
※ 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」(しっかり)のプロモーション サンプル

〇〇のお昼ごはん

賢く食べて健康に!
Smart Meal
スマートミール 申請中

平日 11:00 ~ 14:00

土日祝 11:00 ~ 15:00

おすすめ

減塩天丼

減塩天丼 味噌汁 季節の野菜サラダ 酢の物

¥000(税別)

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



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

オプション項目 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

必須項目 2

スマートミールの情報を提供している

エネルギー 807kcal たんぱく質 27.2g 脂質 23.9g 飽和脂肪酸 3.8g
炭水化物 114.4g 食塩相当量 3.2g 野菜等重量 156g

生活習慣病に役立つ栄養バランスのとれた食事のこと
スマートミールとは? 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。

「〇〇〇」が提供するこのお昼ごはんはスマートミールの基準(しっかり)を満たしています。

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提供している

Smart Meal 【しっかり】の基準
スマートミール 650 ~ 850kcal
(八訂の場合、620 ~ 850kcal)



スマートミールとは?

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

- ※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)に掲載された一日の推定エネルギー必要量の1/3量を適正として考えた場合の例です。必要なエネルギー量は個人によって、また日々の活動量によって異なります。体重や体格の変化をみながら、食事の選択を調整しましょう。
- ※ 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。