

ベジ食べ！北信州

3つの星レストラン

「ヘルシーメニュー」スタンプラリー

9月1日(金)～9月30日(土)

参加店でヘルシーメニューをご注文ください。

期間中に裏面に記載の参加店で「ヘルシーメニュー」をご注文いただくと応募シールを1枚差し上げます。

応募シールを3枚集めて、旬の野菜をもらっちゃおう！

応募シールを3種類（3店舗分）集めたお客様に抽選で『旬の野菜の詰め合わせ』をプレゼントします！

必要事項を応募用紙にご記入の上、9月30日までに店舗へお渡しいただくと応募完了です。

※当選の発表は発送をもってかえさせていただきます。抽選は10月下旬を予定しています。

岡長野県北信保健福祉事務所健康づくり支援課 長野県飯山市大字静間 1340-1 ☎0269-62-6311

応募用紙

見本

今後もヘルシーメニューを注文したいと思いますか？

名前

はい

いいえ

電話番号

スタンプラリー、ヘルシーメニューについて
ご意見・ご感想を自由にお書きください。

住所

1

3つの星レストラン
応募シールを
貼ってください

2

3つの星レストラン
応募シールを
貼ってください

3

3つの星レストラン
応募シールを
貼ってください

🔥 応募用紙は、「ほんぽこの湯 フロント」へ 🔥

ベジ食べ！北信州 3つの星レストラン

「ヘルシーメニュー」スタンプラリー 参加店一覧

味蔵 月あかり

☎ 飯山市大字飯山
2941-1
☎ 0269-67-0188
🕒 10時～17時
🗓 水曜日

週替わりヘルシーランチ



980円

イナリ食堂

☎ 飯山市大字飯山
205
☎ 0269-62-2372
🕒 11時30分～21時
🗓 水曜日

ヘルシー定食



800円

そば処 幸輪

☎ 飯山市大字飯山
1200
☎ 0269-63-2978
🕒 10時～18時
🗓 水曜日

こだわりの玄米健康御膳



1500円

レストランピアン

☎ 飯山市大字飯山
226-1 (飯山赤十字病院内)
☎ 0269-81-3075
🕒 8時～19時
(土日14時)
🗓 なし

月替りヘルシーランチ

●2店舗同一メニュー

720円
800円



ふじ味

☎ 飯山市大字飯山1110-1
(飯山市役所5F)
☎ 0269-62-3111
🕒 11時30分～
13時30分
🗓 土日祝日

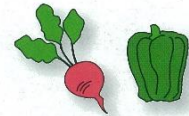
曜日替わりヘルシーランチ



500円
前後

北信ピアンモール

☎ 中野市西1-5-63
(北信総合病院内)
☎ 0269-24-5922
🕒 8時～20時
(土日14時)
🗓 なし



すきやき (福田屋)

☎ 中野市中央
1-11-20
☎ 0269-22-2919
🕒 11時30分～21時
🗓 日曜日

信州食育ミニひれかつ重



880円

食事処 しんしゅう

☎ 中野市中央4-2-23
☎ 0269-26-6672
🕒 11時30分～14時
17時～21時
🗓 日曜日

焼そば定食



800円

千代多屋

☎ 中野市中央
1-5-15
☎ 0269-22-2965
🕒 17時～21時
🗓 土・日曜日

野菜たっぷりヘルシー定食



800円

ぼんぼこの湯

☎ 中野市大字間山956
☎ 0269-23-2686
🕒 11時～19時
(土日19時30分)
🗓 木曜日

きのこそばサラダ



800円

信州3つの星レストランとは！

以下の3項目を満たしたヘルシーメニューを提供しているお店です

- ★ 健康に配慮したメニューの提供 エネルギー 500～700kcal 野菜 140g 以上、塩分 4g 未満
- ★ 長野県産食材の材料や長野県の食文化継承の取組を実施
- ★ 「食べ残しを減らそう協力店」としての取組を実施