



しずおか健康惣菜パートナー取組事例集

静岡県健康福祉部健康増進課

〒420-8601 静岡県静岡市葵区追手町9-6

TEL 054-221-2433

FAX 054-221-3291

しずおか健康惣菜

令和5年3月作成

しずおか健康惣菜 パートナー取組事例集



静岡県健康福祉部健康増進課

はじめに

静岡県の健康寿命は全国5位とトップクラスですが、更なる健康寿命の延伸を目指すためには、「野菜摂取量が少ない」「食塩摂取量が多い」という県民の食生活の課題を解決する必要があります。これには、県民一人ひとりの努力に加え、職場、地域等の環境の影響も大きく、社員食堂や弁当・惣菜販売店などに御協力いただくことが不可欠です。

バランスの取れた食事につながるおかずである「しずおか健幸惣菜」を、積極的に提供・販売している社員食堂や惣菜・弁当店などの「しずおか健幸惣菜パートナー」は、令和5年2月末現在109店舗あり、県民の健康を応援していただいています。

さらに多くの関係事業者の皆様へ、しずおか健幸惣菜を提供していただけるよう、しずおか健幸惣菜の基準及び、パートナー登録要件を緩和する改定を令和4年11月に行いました。

この事例集では、「しずおか健幸惣菜パートナー」の取組を御紹介していますので、関係事業者の皆様へ事例を御覧いただき、しずおか健幸惣菜を提供する参考にしていただけますと幸いです。

静岡県健康福祉部健康増進課長

目次

はじめに・目次	1
しずおか健幸惣菜パートナーとは	2
取組紹介	
社会医療法人 青虎会フジ 虎ノ門整形外科病院職員食堂	3
協和キリン株式会社 富士事業場食堂	4
東芝キャリア株式会社／一般社団法人静岡県職員互助会 レストラン駿河	5
株式会社LIFEAT. Stand V／株式会社静鉄ストア	6
ヤマハ発動機株式会社、ヤマハ発動機グループ会社	7.8
スズキ株式会社	9
テルモ株式会社富士宮工場東食堂／積水ハウス株式会社静岡工場	
ローム浜松株式会社社員食堂	
トクラス株式会社 ジー・ワイフードサービス トクラス営業所	10
パナソニック株式会社静岡工場社員食堂／一般社団法人静岡県農業会館食堂	
可美給食株式会社	11
株式会社小杉苑 はれの季 小杉苑／株式会社京王商事K0マートfine藤枝店fineデリ	
株式会社三枝商店 Obento三枝商店／常葉大学草薙キャンパス トコカフェ	12
パートナーオリジナルレシピ紹介	
食物繊維が摂れる！彩り野菜のオルツォサラダ／鶏肉の幽庵焼き	13
ほうれん草と海苔のナムル／おからわかめハンバーグ	14
ポークピカタ／牛肉のオニオンソテー	15
ヒレカツ甘辛たれ弁当	16
しずおか健幸惣菜パートナー一覧	17.18

「しずおか健幸惣菜パートナー」とは

「しずおか健幸惣菜」を積極的に提供・販売する社員食堂、惣菜・弁当販売店(弁当給食含む)、学生食堂を「しずおか健幸惣菜パートナー」として県が登録します。「しずおか健幸惣菜」を通じて静岡県民の食生活を応援する店舗です。

社員食堂部門

惣菜・弁当部門

学生食堂部門

パートナー登録要件

以下の4つの要件を満たす店舗を「しずおか健幸惣菜パートナー」として登録します。

- ① しずおか健幸惣菜を月に1回以上(月4回以上を推奨)提供・販売し(計画を含む。)、今後もその見込みがある。または、利用者から事前予約があればいつでも提供可能である。
- ② 主菜と副菜が組み合わせられる形、または1食(弁当)で提供や販売されている。
- ③ 管理栄養士・栄養士が、しずおか健幸惣菜の開発または確認に関与している。
- ④ しずおか健幸惣菜を提供・販売する際に、「おすすめ」と表示するなど、選択しやすい工夫や発信をしている。

令和4年11月～
基準が新しく
なりました!

しずおか健幸惣菜の基準

「しずおか健幸惣菜」とは、主食・汁物と組み合わせることで、栄養バランスのとれた食事につながるおかずのことで、下記基準を満たすものです。



【区分】	主 菜	副 菜	一皿で主菜・副菜	1食(お弁当)
エネルギー量	550kcal 未満	200kcal 未満	450～650kcal	600～850kcal 主食 200～350 副食 400～600
食塩相当量	2.2g 未満 (2g 未満)	1.2g 未満 (1g 未満)	3.2g 未満 (2.7g 未満)	3.3g 未満 (2.8g 未満)
野菜量 <small>(きのこ・海藻・いも類を含む)</small>	付け合わせ含めて 合計 50g 以上	2種類以上 合計 70g 以上	2種類以上 合計 120g 以上	2種類以上 合計 120g 以上
肉・魚・卵 大豆製品量	70～150g (90～150g)	-	70～150g (90～150g)	70～150g (90～150g)

※()の範囲を推奨

「しずおか健幸惣菜」パートナー登録希望の店舗は、静岡県健康増進課へお問い合わせください。

食堂の利用者が病院職員の為、「健康を意識した内容で提供している事」をアピールするきっかけとなり良かったです。静岡県がしずおか健幸惣菜を推進している事も知っていただくことができます。献立表に記載のあるしずおか健幸惣菜のメニューにマークを付けて掲示しているので健康を気にしている職員には好評です。このまま継続していきます。

* 提供頻度 週2回以上

* 利用者の感想

◎女性職員からは、献立そのものに健康に配慮したメニューがあるのが良いと好評です。

◎若い男性職員からは、健康を意識したものでボリューム感があると良いとされています。独身者では魚料理のしずおか健幸惣菜はしっかり食べたいと選んでいます。

* 管理栄養士、栄養士の関わり

献立作成、栄養価計算への指導助言、発注、嗜好調査を行っています。

* 2022年度催事を通じての感想

SSKフーズ提供のドレッシングやしずおか健幸惣菜公式 Instagram の投稿等、広報を通じてしずおか健幸惣菜について今まで知らなかった職員にも広まったと感じています。



「鶏肉カレー風味ソテー」



主に副菜を中心にしずおか健幸惣菜を提供しています。販促物（ミニのぼりやキャンペーン POP）の効果もあり、数種類ある副菜の中でもしずおか健幸惣菜の副菜を一番多く提供することができています。その結果、お客様の関心が大きくなっていることが実感できています。

* 提供頻度 週2回以上

* 利用者の声

◎小鉢での提供があったので、気軽に利用することができて良かったです。

◎健康に良い食材が使われているので、利用する際に安心できます。



「さつまいもマスタードサラダ」



「豚肉と蓮根のカレー炒め」

社員食堂

東芝キャリア株式会社 (エムサービス株式会社)

しっかりと味もついていてヘルシーなので、幅広いお客様層に利用していただけるメニューです。その結果、頻繁に提供できます。

* 利用者の声

◎ヘルシーなメニューの中でも食べたいと思えるメニューが多いので助かります。



社員食堂

一般社団法人静岡県職員互助会 レストラン駿河 (静岡産業サービス株式会社)

レシピ集の中から、季節感あるメニューや気候をふまえて、メニューを立てています。特にレシピ集のメニューは野菜中心で、お魚やお肉とのバランスもとれているため、女性の職員の方に人気です。毎回40食提供していますが、完売です。月一回の提供のため、のぼりやPOPを入りにおくことで、しずおか健幸惣菜の日を一目でわかるようにしています。

* 利用者の感想

◎ヘルシーメニューで、カロリーを気にせず食べられるところがうれしいですね。
◎月一回ですが、毎回メニューがかわり、季節感もあるので楽しみにしています。



「海老芋とチキンのきのこクリーム煮、まつま芋のマスタードサラダ」

惣菜・弁当

株式会社 LIFEAT. Stand V

より健康的なものをお願い献立作成しています。

* 利用者の声

◎美味しく健康的です。
◎ボリュームが欲しいです。

* 情報発信方法

SNSを活用しています。

* しずおか健幸惣菜提供の課題

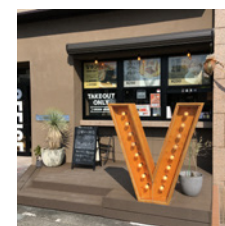
健康なもの=ユーザーが求めるものではない事も多々あり、そこに課題を感じています。



「鯖の南蛮漬け弁当」



Instagram



惣菜・弁当

株式会社 静鉄ストア

掛川店 / 菊川店 / 菊川南店 / 島田店 / 島田東店 / 駿河台店 / 岡部店 / 藤枝水守店 / 藤枝高洲店 / 藤枝駅南店 / 安東店 / 千代田店 / あさはた店 / いろは店 / 末広店 / 新静岡セノバ店 / 流通通り店 / 田町店 / 丸子店 / みずほ店 / 宮本町店 / 入江店 / 御門台店 / 草薙店 / 興津店 / 沼津駅前店 / 富士吉原店 / 富士駅南店 / 長泉店

* 想定よりも販売状況が好調だったので可能な限り継続して販売していきたいと思っています。



ヤマハ発動機株式会社、ヤマハ発動機グループ会社

9号館食堂、磐田南工場食堂、新館食堂
森町工場食堂、袋井工場食堂
14号館食堂、グローバルパーツセンター食堂
(シダックスコントラクトフードサービス株式会社)

*** しずおか健幸惣菜を提供する際の工夫点**

月に5回～10回程度提供をしておりますが、1度だけ食堂内でイベントとして実施する事でより利用率を向上させています。

*** 提供頻度** 月5～10回

9号館食堂、磐田南工場食堂
(シダックスコントラクトフードサービス株式会社)

月に1度のイベントの際に提供したメニューは、彩りもきれいで喫食者の皆様にも喜ばれています。しずおか健幸惣菜として提供しているので、特に盛付などにも気を付けています。

野菜を避けてしまう利用者も多い中、人気のお肉料理にする事で食べやすいメニューで提供しています。

少しずつしずおか健幸惣菜の認知を拡大し、意識していただけたら良いと思います。

9号館食堂、磐田南工場食堂、新館食堂
グローバルパーツセンター食堂
(シダックスコントラクトフードサービス株式会社)

*** 利用者の声**

- ◎野菜がしっかりと食べられて嬉しいです。
- ◎見た目も良く美味しかったです。
- ◎唐揚げでもソースに野菜をたっぷり使用すれば野菜を食べるきっかけになるから良いです。
- ◎お肉と野菜のバランスが良かったです。

新館食堂
(シダックスコントラクトフードサービス株式会社)

野菜量の設定が50g以上(主菜)とあるので、通常メニューとしても提供がしやすいです。

*** しずおか健幸惣菜提供の課題**

切身の規格や価格などの関係で、魚メニューでの健幸惣菜の提供が難しく、肉メニューに偏ってしまっています。



「豚肉の青じそ炒め」

グローバルパーツセンター食堂
(シダックスコントラクトフードサービス株式会社)

野菜の値段が高騰している中で野菜量を増やすのは厳しいですが、お客様に喜んで頂けるメニューができて良かったです。

*** しずおか健幸惣菜提供の課題**

しずおか健幸惣菜のPR活動をもう少し推進できたら良いと感じています。

森町工場食堂、袋井工場食堂
(シダックスコントラクトフードサービス株式会社)

メイン料理や付け合わせの彩りが良く、バランスの良い提供ができています。また、野菜も多く、ボリューム感のあるレシピです。

*** 利用者の声**

- ◎野菜が多く摂れて、満腹感を得られるメニューで良かったです。
- ◎青じそ炒めや香味ソースなど、味付けがさっぱりして美味しかったです。
- ◎しずおか健幸惣菜に触れた事で、帰宅後の夕飯も気を付けて野菜を摂るように意識しています。



テクニカルトレーニングセンター事業所
袋井南工場事業所、浜北工場事業所
中瀬工場事業所、豊岡工場事業所
ヤマハモーターエンジニアリング株式会社事業所
ヤマハモーターソリューション株式会社事業所
(エムサービス株式会社)

各栄養価の基準内で、かつ美味しいメニューを提供できていることは、とても誇らしいことだと思います。どうしても、野菜多めやヘルシーなメニューは選ばれないことが多いのですが、見た目からボリュームや彩りを出すことで、お客様にもご満足いただけるメニューになっているのではないかと思います。

*** 利用者の声**

- ◎食堂内に掲示しているポスターを見えています。
- ◎ボリューム感到満足しています。
- ◎彩り豊かで満足しています。



岩井寮、見付寮、袋井寮
第二磐田寮、東大久保寮
(エムサービス株式会社)

しずおか健幸惣菜の提供により、ヘルシーなメニューをお客様に抵抗なく、召し上がっていただく事が出来ている印象です。

*** 利用者の声**

- ◎あまり意識せずに健康メニューを食べる機会が増えたので良い機会です。

スズキ株式会社

本社食堂

(ジー・エイチ・ホスピタリティフードサービス中部株式会社)

健康を意識している社員の方に手に取っていただけるようなお弁当(ご飯を雑穀米にして量を減らし、野菜の量を増やした健康弁当)を販売しています。「食べてみたい」と思っただけのように見た目にも気を遣い、カフェ風の容器に合う、彩りの良い「映える」お弁当になるように工夫しています。



健康弁当「ヘルシー 回鍋肉」

マリン技術センター食堂

(株式会社魚国総本社)

ヘルシー志向なお客様は、意識して利用している方が多いです。

* 提供頻度 週2回以上

磐田工場食堂

(ジー・エイチ・ホスピタリティフードサービス中部株式会社)

しずおか健幸惣菜をアピールしてメニューを提供した為、以前より多くの方に知ってもらえています。これを1つのきっかけとして社内での健康意識が高まればと思っています。

* 提供頻度 月に6回程度

大須賀工場食堂

(ジー・エイチ・ホスピタリティフードサービス中部株式会社)

少しずつ、お客様の健康意識が高まっているように感じます。



「バーベキューポークセット」

浜松工場食堂

(ジー・エイチ・ホスピタリティフードサービス中部株式会社)

お客様に興味はもってもらえました。

* 利用者の声

◎彩りが良く、野菜がたっぷり栄養が摂れて良かったです。

* しずおか健幸惣菜提供の課題

実際に食べていただく為に、まだまだ工夫をしなければいけないと思っています。

竜洋コース食堂

(ジー・エイチ・ホスピタリティフードサービス中部株式会社)

食数は少ないですが、目標設定した利用数に近い実績で利用していただいています。

* 利用者の声

◎ヘルシーで美味しいです。

テルモ株式会社富士宮工場東食堂
(千里株式会社)

美味しいだけでなく、見た目も良くするために色鮮やかな盛り付けを心掛けました。

* 利用者の声

◎健康食はおいしくないというイメージがあったけど、とてもおいしかったです。



「ジャンキーチキン」

積水ハウス株式会社静岡工場
(株式会社魚国総本社 名古屋本部)

しずおか健幸惣菜の基準は、野菜不足の現代人にとって、野菜が多く摂れるので良いです。



ローム浜松株式会社社員食堂

健康的な食生活の提案ができたのが良かったと思います。

「しずおか健幸惣菜」の販促グッズ(POPやシール)などを活用しています。

* 提供頻度 週2回以上

* 利用者の感想

- ◎食事に野菜を取り入れるきっかけになり、食生活が変わっています。
- ◎普段であればデザートの小鉢を選ぶところを、健幸惣菜に変えた結果とても満足度が高かったです。



「ワカメともやしのごま塩和え」

トクラス株式会社
ジー・ワイフードサービストクラス営業所
(株式会社ジー・ワイフードサービス)

キャンペーンの効果も相まって普段よりも多くのお客様がしずおか健幸惣菜を選択しています。

* 利用者の声

普段は、栄養価を気にしておりませんが、表示を気にするようになっております。

社員食堂

パナソニック株式会社静岡工場 社員食堂 (株式会社魚国総本社)

普段から、様々な健康メニューを提供していますが、シールやのぼりを用意していただき、健康メニューを提供しているという更なるアピールになりました。

* 利用者の声

直接のご意見はあまり聞けませんが、リピートしてお選びいただける方もいます。健康に留意されている方は、魅力を感じてくださるのかもしれないです。



「おからわかめハンバーグ」

惣菜・弁当

可美給食株式会社

健康に関して個々の自覚がある方はすぐに導入していただき定着しております。

* 利用者の声

- ◎このような弁当を求めています。
- ◎毎日献立が変わってうれしい。

* しずおか健幸惣菜提供の課題

当社の日替わり健康弁当を通じて、積極的にしずおか健幸惣菜をPRして、より多くの県民の皆様へ食の重要性を伝え、健康寿命を延ばしていただくよう、提供を続けていきます。



社員食堂

一般社団法人静岡県農業会館食堂 (一富士フードサービス株式会社)

健康を意識したメニューを考える良い機会になっています。

* 利用者の声

「しずおか」が名前に入っているのので地産地消の食材を取り入れたメニューがあると良いです。

* しずおか健幸惣菜提供の課題

食数が伸びて基準値を満たすメニューの考案が難しく、同じメニューの繰り返しになってしまっているのが課題です。



日替わりランチ「チキンソテーねぎ塩ソース」

惣菜・弁当

株式会社小杉苑 はれの季 小杉苑

一定数、持病等の為に、食事に気をかけている人がいることから、自炊に限度があるお客様に喜ばれております。

* 利用者の声

血圧が高く、食塩の摂取量を普段から気にしておりますが、自分自身で管理するのは難しいので助かります。

* しずおか健幸惣菜提供の課題

メニューが少ないため、メニューのバリエーションを増やすことが課題です。



「鶏の豆腐ハンバーグ弁当」



「さけの豆腐クリーム焼弁当」

惣菜・弁当

株式会社京王商事 KOMART fine 藤枝店 fineデリ

お客様の健康に対する意識の高さを感じました。ご期待に添えるよう、一層の努力をして参ります。

* 利用者の声

- ◎安心安全で健康に良い食材、というイメージを持っていただいているようです。
- ◎食材の産地を聞いてくるお客様もいました。

惣菜・弁当

株式会社三枝商店 Obento三枝商店

イベントがきっかけで静岡の食材をより使う意識をしています。

* 利用者の声

静岡県産の地元食材を使用していると安心できます。

学生食堂

常葉大学草薙キャンパス トコカフェ (株式会社ヤタロー)

* 利用者の声

とても色が鮮やかで美味しいです。

* しずおか健幸惣菜提供の課題

大学の食堂ですが、職員の方の利用もあり、年齢層に合わせてメニューを考えるのに困惑しています。



「菜の花としめじの白和え」

副菜

食物繊維が摂れる！
彩り野菜のオルツォサラダ

(株式会社静鉄ストア)

材料

(1人分)

オルツォ	50g
むぎ枝豆	25g
ズッキーニ※	24g
赤パプリカ※	15g
黄パプリカ※	15g
なす※	6g
リーフ	0.5g
レモンローストオニオン (ドレッシング)	13.5g
粉パセリ	少々



野菜量85.5g/肉・魚・大豆0g

・作り方・

- 1 オルツォ、むぎ枝豆スチーム7分。
- 2 ※グリル野菜オープン170℃10分。
- 3 ①②とレモンローストオニオンを和える。
- 4 容器にリーフをしき③を盛り付け、粉パセリをトッピング 完成。

主菜

鶏肉の幽庵焼き

(ヤマハ発動機株式会社/シダックスコントラクトフードサービス株式会社)

材料

(1人分)

鶏もも肉	120g
みりん	6g
醤油	8g
レモン汁	1g
刻みゆず	1g
冷凍チンゲン菜	40g
刻み油揚げ	5g
胡麻和えの素	3g
かぼちゃスライス	15g
刻みゆず (トッピング用)	1g



野菜量55g/肉・魚・大豆125g

・作り方・

- 1 鶏肉をみりん・醤油・レモン汁・刻みゆずで漬け込む。(漬け込み目安:1時間)
- 2 チンゲン菜・油揚げをそれぞれボイルし、ごま和えを作る。
- 3 かぼちゃスライスは蒸し焼きにする。
- 4 鶏肉をスチームコンベクションオーブンで焼く。(スチーム70%・170℃・7~8分)
- 5 ②のごま和えと鶏肉を盛りつけ、鶏肉の上に刻みゆずをトッピングする。

副菜

ほうれん草と海苔のナムル

(協和キリン株式会社富士事業場/エムサービス株式会社)

材料

(1人分)

冷)ほうれん草	60g
もやし	25g
刻み海苔	1.0g



野菜量85g/肉・魚・大豆0g

・作り方・

- 1 ほうれん草ともやしをボイルし、流水にさらし、水気を切る。
- 2 刻み海苔と調味料を①に合わせ、和える。

主菜

おからわかめハンバーグ

(パナソニック株式会社静岡工場社員食堂/株式会社魚国総本社)

材料

(1人分)

<A>豚ひき肉	70g
玉ねぎ	20g
塩	0.2g
乾燥わかめ	0.6g
万能ねぎ	4g
卵	10g
豆腐	24g
おから粉	5g
生塩麹	5g
玉ねぎ	30g
鶏がらスープの素	0.2g
油	1g
ぼん酢しょうゆ	10g
砂糖	2g
大根	40g
かいわれ大根	4g
キャベツ	30g
ブロッコリー	20g



野菜量154g/肉・魚・大豆104g

・作り方・

- 1 玉ねぎをみじん切りにする。塩をしてしんなりさせる。
- 2 わかめは戻して、粗みじんくらいに刻む。
- 3 ねぎは小口切り。
- 4 Aをこねる。
- 5 小判型に整形してスチコンで焼く。
- 6 玉ねぎをスライスして、鶏がらスープの素を入れてサッと炒め、ぼん酢しょうゆと砂糖を入れ、玉ねぎぼん酢だれをつくる。
- 7 キャベツとブロッコリーを添えて、おろした大根とカイワレ大根をのせて、⑥の玉ねぎぼん酢をかける。



主菜

ポークピカタ

(フジ虎ノ門整形外科病院職員食堂)

材料

材料		(1人分)
豚肩ロース切り身	120g	
塩	0.4g	
コショウ	0.1g	
小麦粉	10g	
鶏卵	25g	
油	3g	
ウスターソース	6g	
ケチャップ	10g	
グリーンリーフ	5g	
ツイストマカロニ	20g	
ミックスベジタブル	10g	
バター	2g	
食塩	0.2g	
コショウ	0.1g	
和風ドレッシング	10g	
キャベツ千切り	47g	
レッドキャベツ千切り	7g	



野菜量69g/肉・魚・大豆145g

・作り方・

- ① 豚肉は肉たたきで筋を切る。
- ② 塩、コショウをふり小麦粉をまぶしてから溶き卵をつける。
- ③ フライパンで卵を焼くように焦げ目をつける。スチームコンベクションのコンビモードで12分焼く。
- ④ ウスターソースとケチャップをまぜて火にかけておく。
- ⑤ 付け合わせにゆでたマカロニとミックスベジタブルをバター、塩、コショウで軽く炒めておく。
- ⑥ 焼いたポークピカタ、生野菜、マカロニソースを盛り付ける。

主菜

牛肉のオニオンソテー

(トクラス株式会社/株式会社ジー・ワイ・フードサービス中部)

材料

材料		(1人分)
牛小間	100g	
玉葱スライス 2mm	45g	
おろしにんにく	1.5g	
油	3.0g	
こいくちしょうゆ	7.7g	
白ワイン	5.0g	
ブイヨン	0.6g	
バター	3.0g	
ブラックペッパー粗挽き	0.1g	
キャベツ角切り	60g	
赤ピーマン	8g	



野菜量113g/肉・魚・大豆100g

・作り方・

- ① キャベツ・赤ピーマンはそれぞれボイルし、流水で冷まし水気を切る。
- ② 鍋に油を入れ、にんにくを入れて焦がさないように香り出しをし、牛肉・玉葱を加えて炒める。しょうゆ・白ワイン・ブイヨン・バターを加えて調味し、仕上げにブラックペッパーで味を調える。
- ③ 器にキャベツ・赤ピーマンのボイル野菜を盛り、牛肉のオニオンソテーを盛り付ける。

1食
お弁当

ヒレカツ甘辛たれ弁当

(可美給食株式会社)

材料

材料		(1人分)
【ごはん】		
ごはん	135g	
十五穀米	7g	
【ヒレカツ甘辛たれ】		
ヒレカツ	60g	
サラダ油	6g	
だし粉末	0.1g	
<A>料理酒		
砂糖・上白糖	1.5g	
しょうゆ(こいくち)	2g	
しょうゆ(うすくち)	1g	
片栗粉	0.3g	
キャベツ		
ブロッコリー(ゆで)	10g	
ミックスベジタブル(冷凍)	20g	
サラダ油	0.5g	
塩(食塩)	0.1g	
しょう(白)	0.01g	



野菜量169g/肉・魚・大豆150g

・作り方・

【ヒレカツ甘辛たれ】

- ① ヒレカツを油で揚げ、油を切る。
- ② 鍋にだし汁とAの調味料を入れて煮たせ、水溶性片栗粉を少しずつ混ぜ入れてとろみをつける。
- ③ Bのキャベツは千切り、ブロッコリーはボイルする。ミックスベジタブルは油で炒めて塩こしょうで味付けする。
- ④ ヒレカツにたれを絡ませ、Bを添える。

【卵の花炒り】

- ① ねぎは小口切りにする。人参は千切り、ひじきは戻しておく。
- ② 鍋に油をひき、人参、ねぎを炒め、ひじき、おからを入れてさらに炒める。
- ③ 砂糖、しょうゆで味付けする。

【小松菜とえびの炒め煮】

- ① 鍋に油をひき、小松菜、えび、しょうがを炒める。
- ② だし汁(分量外)としょうゆ、酒で煮る。

【ポン酢和え】

- ① えのきは半分にカットする。もやしとえのきをボイルする。
- ② ポン酢しょうゆで和える。

【ささみの和え物】

- ① ささみは蒸して割いておく。人参ときゅうりは千切りにする。
- ② きゅうりは塩もみして洗い流し、人参はさっとボイルする。
- ③ 具材をCで和える。

【卵の花炒り】		
おから	20g	
干しひじき	1g	
ねぎ(白)	6g	
人参	10g	
サラダ油	2g	
砂糖・上白糖	2g	
しょうゆ(こいくち)	2g	
【小松菜とえびの炒め煮】		
小松菜(ゆで)	30g	
むきえび	25g	
<香辛料類>		
しょうが(おろし)	0.5g	
サラダ油	2g	
だし粉末	0.1g	
しょうゆ(こいくち)	1g	
料理酒	1g	
【ポン酢和え】		
もやし(緑豆)	20g	
えのきたけ	5g	
ぼん酢しょうゆ	1.5g	
【ささみの和え物】		
鶏ささ身(若鶏)	15g	
きゅうり	10g	
人参	5g	
<C>しょうゆ(うすくち)		
酢・穀物酢	5g	
ごま油	1g	

しずおか健幸惣菜パートナー 一覧

社員食堂部門 (47店舗)

- *旭化成株式会社 富士支社場内食堂
- *東芝キャリア株式会社
- *ヤマハ株式会社本社事業所
- *ヤマハ発動機株式会社
 - ・岩井寮
 - ・見付寮
 - ・袋井寮
 - ・第二磐田寮
 - ・東大久保寮
 - ・新居厚生棟
 - ・都田事業所
 - ・9号館食堂
 - ・新館食堂
 - ・14号館食堂
 - ・磐田南工場食堂
 - ・袋井工場食堂
 - ・グローバルパーツセンター食堂
 - ・森町工場食堂
 - ・テクニカルトレーニングセンター事業所
 - ・袋井南工場事業所
 - ・中瀬工場事業所
 - ・浜北工場事業所
 - ・豊岡工場事業所
- *ヤマハモーターエンジニアリング株式会社事業所
- *ヤマハモーターソリューション株式会社事業所
- *旭化成ファーマ株式会社 大仁地区 大仁食堂
- *一般社団法人静岡県農業会館 食堂
- *株式会社静岡新聞社 食堂
- *協和キリン株式会社 富士事業場 食堂
- *社会医療法人青虎会フジ虎ノ門整形外科病院職員食堂

- *スズキ株式会社
 - ・本社食堂
 - ・マリン技術センター食堂
 - ・湖西工場食堂
 - ・相良工場食堂
 - ・大須賀工場食堂
 - ・磐田工場食堂
 - ・浜松工場食堂
 - ・竜洋コース食堂
- *積水ハウス株式会社 静岡工場
- *テルモ株式会社 富士宮工場 東食堂
- *トクラス株式会社 ジョー・ワイフードサービス トクラス営業所
- *日本たばこ産業株式会社 東海工場食堂
- *パナソニック株式会社 静岡工場 社員食堂
- *ローム浜松株式会社 社員食堂
- *矢崎部品株式会社 大浜工場 大浜工場食堂
- *浜松ホトニクス株式会社
 - ・豊岡製作所新5棟食堂
 - ・豊岡製作所10棟食堂
- *一般財団法人静岡県職員互助会 レストラン駿河

惣菜・弁当部門 (60店舗)

- *可美給食株式会社
- *株式会社静鉄ストア
 - ・掛川店
 - ・菊川店
 - ・菊川南店
 - ・島田店
 - ・島田東店
 - ・駿河台店
 - ・岡部店
 - ・藤枝水守店
 - ・藤枝高洲店
 - ・藤枝駅南店

- ・安東店
- ・千代田店
- ・あさはた店
- ・いろは店
- ・末広店
- ・新静岡セノバ店
- ・流通通り店
- ・田町店
- ・丸子店
- ・みずほ店
- ・宮本町店
- ・入江店
- ・御門台店
- ・草薙店
- ・興津店
- ・沼津駅前店
- ・富士吉原店
- ・富士駅南店
- ・長泉店
- *マックスバリュ東海株式会社
 - ・長泉中土狩店
 - ・裾野店
 - ・沼津南店
 - ・沼津沼北店
 - ・富士八幡町店
 - ・豊田店
 - ・浜松和田店
 - ・ベルシティ裾野店
 - ・御殿場萩原店
 - ・静岡曲金店
 - ・清水八坂店
 - ・富士南店
 - ・富士宮若宮店
 - ・沼津柳町店
 - ・磐田中泉店
 - ・函南店

- ・稲取店
- ・伊豆下田店
- ・静岡丸子店
- ・浜松助信店
- ・裾野茶畑店

- *青木青果 惣菜屋 あお木
- *株式会社LIFEAT. Stand V
- *株式会社LTP 鶏料理 ゆい吉
- *株式会社京王商事 KOマート fine 藤枝店 fine デリ
- *株式会社小杉苑 はれの季 小杉苑
- *株式会社食の学び舎くるみ くるみキッチンプラス+
- *株式会社マキヤ エスポット富士宮店
- *株式会社萬惣 おもひで横丁 藤枝市場
- *株式会社三枝商店 Obento 三枝商店

学生食堂部門 (2店舗)

- *常葉大学 静岡草薙キャンパス
 - ・グラン・テーブル
 - ・トコカフェ

(令和5年2月末現在 109店舗)