

※取組の分野 □ 野菜摂取促進 ■ 生活習慣病予防 □ その他

取組のテーマ	カロリーコントロール
事業所名	浜名湖電装株式会社
委託先会社名	(株) 魚国総本社 本社・吉美工場
給食形態	定食 ・ 麺 ・ カレー ・ 丼 ・ <b>カフェテリア</b>
取組の目的	健康管理に関心をもっていただけるきっかけとなるようにする。
取組対象者 (参加人数)	給食ご利用者 (本社 平均 399 人・吉美 平均 385 人)
開催時期等	10/14～10/16
会場	浜名湖電装株式会社様内食堂
従事者・連携先	魚国総本社

【取組内容・方法】





- ① 3つのポイントに絞り、1日2品 昼食時にカロリーコントロールメニューを提供。  
揚げ物が人気があるので、いつも販売しているメニューを揚げずに焼いた「ノンフライディッシュ」  
として毎日販売しました。また、丼メニューではご飯にマンナンヒカリを使用し販売しました。





<p>～ 素材編 ～</p>  <p><b>クルミコンにく</b> メニュー</p>	<p>～ 調理編 ～</p>  <p>ヘルシーな オープン調理レシピ</p>	<p>～ 食感編 ～</p>  <p><b>カミカミ</b> メニュー</p> <p>Calorie Control</p>
<p>● お肉のような食感 “クルミコンにく” に注目</p>  <p>お肉の食感をもつ新しいヘルシー食材 “クルミコンにく”を使った いつもよりカロリーダウンメニューをご提 案！</p> <p>クルミコンにくとは、コンニャクをベースにくのみ、お から、プルーンを加えて作られた肉のような食感をもつ 新しいヘルシー食材です。 お肉と比べて低カロリーだけでなく、お腹のなかで膨ら んで満足感も得られ、お肉には含まれない食物繊維も豊 富であることから、カロリーコントロールの前で注目！</p>	<p>● ヘルシーなオープン調理！ “ノンフライディッシュ”</p> <p>いつもは揚げているフライを「揚げずに焼く」 ことでボリューム感のあるヘルシーなノンフライ ディッシュに早変わり！！ オープンで焼くことで油っこくなく手軽にカロ リーコントロールができます。</p>	<p>● カミカミメニューでお腹満足！</p> <p>ゆっくりしっかり噛んで食べることにより、 脳内にある「満腹中枢」が刺激され満腹感が得 られます。つまり、満腹感が得られる分、食卓 量も減らせます！</p> <p><b>こだわり！のカミカミメニュー</b> <b>食料がもつ食感を大切に</b> <b>しっかり噛むメニューをご提案！</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. わかゆ、きのこ、根菜をたっぷり使ってしっかりと噛ん で食べるメニューをご提案！</li> <li>2. 白米を玄米に変えることでよく噛んで食べる主食になり ます！</li> <li>3. 食感もおいしさのひとつ！料理の仕上がりに食材の食感 が落ちないようにしています。</li> </ol>

- ② 毎年、この時期に実施している「推定 血管年齢チェック」を①の販売期間中に実施。  
お客様の推定血管年齢を機器を使用し調べ、一人ひとりのお客様に対して簡単なアドバイス  
を行いました。

【取組の効果・感想・課題等】

① カロリーコントロール販売実績

実施日		10月14日(火)		10月15日(水)	
メニュー名		ノンフライ!カリッとからあげ油淋鶏	辛うま!台湾風CC丼	ノンフライ!かにクリームコロッケ	ゴロツと野菜のカミカミ!バーグ
メニュー					
本 社	来客数	408名	408名	415名	415名
	設定数	125食	50食	80食	100食
	販売数	120食	49食	74食	73食
	残数	4食	0食	5食	26食
	サンプル・保存食	1食	1食	1食	1食
	販売指数	29.4%	12.0%	17.8%	17.6%
吉 美	来客数	394名	394名	387名	387名
	設定数	120食	60食	100食	80食
	販売数	119食	59食	89食	58食
	残数	0食	0食	10食	21食
	サンプル・保存食	1食	1食	1食	1食
	販売指数	30.2%	15.0%	23.0%	15.0%

実施日	10月16日(木)		10月17日(金)		
メニュー名	ノンフライ! さっくり! チキンカツ	かみかみ! ソイからカレー	ノンフライ! メンチカツ	旨辛! そぼろ三色CC丼	
メニュー					
販売価格	210円	210円	210円	260円	
本 社	来客数	398名	398名	376名	376名
	設定数	121食	40食	80食	50食
	販売数	120食	36食	51食	48食
	残数	0食	3食	28食	1食
	サンプル・保存食	1食	1食	1食	1食
	販売指数	30.2%	9.0%	13.6%	12.8%
吉 美	来客数	392名	392名	368名	368名
	設定数	80食	42食	80食	60食
	販売数	79食	41食	46食	42食
	残数	0食	0食	33食	17食
	サンプル・保存食	1食	1食	1食	1食
	販売指数	20.2%	10.5%	12.5%	11.4%

どのメニューも多くのお客様に食べていただくことができました。特に、揚げずに焼く「ノンフライディッシュ」は人気があり、売切れとなってしまったメニューもありました。今回のメニューは男性の方にも食べていただきやすいメニューも多く取り入れたためヘルシーメニューだから…と敬遠されずに販売できたと思います。

**10.14 TUE ~ 10.17 FRI**

3つのポイントで **カロリーコントロール** 揚げずに焼いて!! よく噛んで満腹に!!  
お肉のような食感の新素材で!!

**【10.14 TUE】**

ノンフライ! カリッと  
からあげ油淋鶏 ¥210

辛うま!  
台湾風CC丼 ¥260

**【10.15 WED】**

ノンフライ!  
かにクリームコロッケ ¥210

ゴロツと野菜の  
カミカミ! パーク ¥210

はじめましょ!



自分のからだのことだから、  
自分でちゃんとコントロール!  
東国総本社は、お客様の健康を考えた  
ヘルスアップ活動を展開していきます!

**【10.16 THU】**

ノンフライ!  
さっくり! チキンカツ ¥210

かみかみ!  
ソイからカレー ¥210

**【10.17 FRI】**

ノンフライ! メンチカツ ¥210

甘辛! そぼろ三色CC丼 ¥260

Uokuni Sohonshe

## ② 推定 血管年齢チェック

毎年恒例のイベントとなっており、「去年より下がった!!」または「上がった!!」と健康チェックする機会の一つとなっているようでうれしく思います。簡単なチェックで休憩の時間に気軽に実施することができるので多くのお客様にご利用いただきました。また、普段は食堂をご利用されないお客様にも実施していただくことができました。

	本社	吉美工場
食堂御利用者数	408名	387名
実施人数	88名	83名
御利用率	21.6%	21.4%



今後もこのようなイベントを定期的 to 実施し、お客様が健康について見つめなおす機会となるようにしていきたいと思ひます。