

# ヘルシーメニュー<sup>※</sup>で 市民の健康づくりを 応援しませんか？

※ヘルシーメニューとは弘前市食生活改善推進委員会（食改さん）と花王(株)のコラボレーションにより作成したレシピ集に、各店舗の既存メニューを組み合わせたものです。

食改さん × 花王  
コラボレシピ

+

各店舗の  
既存メニュー

=

ヘルシー  
メニュー

弘前市では、市民の健康増進のため、  
ヘルシーメニューを提供していただける  
飲食店を募集しています。

ヘルシーメニューを提供していただいた飲食店を  
弘前市ホームページや市のSNSでPRします。

さらに、本気でヘルシーメニュー開発に  
取り組みたい飲食店も募集します。

新メニュー開発に専門家からのアドバイスが受けられます。

## お申し込み方法

lb-hirosaki@landbrains.co.jp [ランドブレイン(株)]

本文に店舗名、提供メニュー、住所、連絡先を書いてお送りください。

詳細は弘前市  
ホームページを  
ご確認ください



# 弘前市食生活改善推進員会 × 花王 コラボレシピ一覧

甘塩鮭とほうれん草の  
ちらし寿司



パプリカツナチーズ



赤大根の甘酢和え



簡単エリンギナムル



鶏ハムと春キャベツのサラダ



洋風けの汁



巾着いがめんち



さばの味噌煮



※本事業は、弘前市が実施する「健康とまちのにぎわい創出事業」として行われます。