



四條畷保健所 飲食店NEWS

第3号

令和7年11月

発行：大阪府四條畷保健所



©2014 大阪府もずやん

V.O.S.メニューって何？

大阪府が定める野菜・油・塩の量に配慮したヘルシーメニューです。主食とおかずを組み合わせたもので、下記の基準のうちすべてを満たすものです。(いずれかは「プレV.O.S.」)

- ・V: 野菜 (Vegetable) 120g以上
(きのこ・海藻含む。いも類は含まない)
- ・O: 適油 (Oil) 脂肪エネルギー比率 30%以下
- ・S: 適塩 (Salt) 食塩相当量 3.0g以下

お店でV.O.S.体験

大阪青山大学の学生が考案した
V.O.S.メニューが食べられるお店を紹介します！



※ 令和8年1月以降の提供はありません

ハンバーグランチ (デミグラスソース)



定番のランチにも、
野菜たっぷりメニューがあります



詳しくは
お店のInstagramへ



店主の辻さんにインタビュー



保健所が健康づくりを実施していることを知って、学生がメニューを考案する取組にも興味を持ちました。学生からのV.O.S.メニューの提案は、普段では考えない発想や新たな発見がありました。お客様にも、とても喜ばれました。お店のメニューだけでなく、家庭でも薄味を意識するようになりました。

kitchen ma-ru

所在地：大阪府大東市学園町5-38

電話番号：072-803-8558

営業時間：11:00 - 16:00 L.O. 15:00

定休日：水曜日、第2・第4日曜日

※ 臨時休業や営業時間の変更がある場合があります。また、メニューの内容や提供日は、仕入れ等の状況により、変更がある場合があります。



保健所では、管理栄養士養成校の学生の実習を実施しています。

大阪府では、野菜摂取量が少ない等の健康課題があること、保健所栄養士の地域での取組等について学びました。

学生の皆さんは緊張しながら、学生同士で協力して考案したV.O.S.メニューや飲食店での健康づくりの取組についてプレゼンテーションを行い、店主の辻さんに学生の提案を聞いていただきました！



四條畷保健所では、大東市内にある「キッチンマル」さんのご協力を得て、管理栄養士をめざす大阪青山大学の学生が考案したメニューの販売が実現しました。令和7年11月と12月の月替わりランチメニューとして採用していただきました。店主の辻さんや学生の思いが込められた健康に配慮されたメニューをぜひ体験してください。

学生考案のプレV.O.S.メニューを販売！

四條畷保健所では、V.O.S.メニュー提供店を募集しています！