

# 快來有「營」食肆 嘗嘗清新健康菜式！



衛生署一項研究顯示，四成多的香港人每星期最少五天的午膳在外進食，超過九成的受訪者希望在食肆用膳時可以有更健康的菜式選擇。因此，衛生署與餐飲業界合作——張貼「有『營』食肆」標誌的餐館，會確保供應「多蔬果」及「少油、少鹽和少糖」(3少)的「有『營』菜式」。



「有『營』食肆」標誌

目前已有116家商戶共710間食肆應邀加盟，提供健康美味的食物。為了你和家人的健康，今天就來品嚐吧！



「3少之選」標誌是代表菜式以較少脂肪或油分、鹽分及糖分烹調或製作。



「蔬果之選」標誌是代表菜式的材料全屬蔬果類，或按體積計，蔬果類是肉類的兩倍或以上。

有關運動的詳情，包括搜尋「有『營』食肆」及有「營」菜譜，可瀏覽衛生署健康飲食專題網站 <http://www.eatsmart.gov.hk>。



消費者委員會出版 PUBLISHED BY CONSUMER COUNCIL

©本刊版權所有，未經本會書面同意，不得轉載本刊之全部或部分內容，及不得以任何方式引用本刊之全部或部分內容作廣告、推銷或宣傳用途。本刊不接受商業廣告。© All rights reserved. Material published in CHOICE shall not under any circumstances or in any manner be used for any form of advertising, sales promotion or publicity, and the reproduction in whole or in part thereof in any manner whatsoever or for any purpose whatsoever without the prior consent in writing of the Consumer Council is strictly prohibited. This magazine does not accept any commercial advertisement.

