

外食時食べきりチャレンジ！



報告対象は外食の際の食事です。

報告できる写真

①お皿が空になっているもの。

②注文したもののすべてのお皿とテーブル全体が写っているもの

食べきれそうな分だけ、注文して体調と相談しながら完食をめざしましょう！

FAQ よくある質問

どこまで食べたら「完食」？

Q. ハンバーグの横にある「パセリ」や「レモンの皮」は残してもいいですか？

A. レモンの皮は残してもOKですが、パセリは完食してください！

OKなもの

レモンの皮、お肉の骨、魚のトゲなど、基本的に食べられないもの。

NGなもの

パセリ、ピーマン、人参、お皿に残った一口分のご飯など、食べられるもの。

Q. ラーメンの汁は残してもいいですか？

A. 今回の報告対象はお皿が空になっていることが条件なので、残っている場合、判定が難しいことから報告の対象外とさせていただきます。

