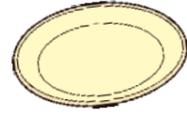


記入例



給食レシビコンテスト



募集テーマ

ちさんちしょう
千産千消



おかわりしたくなる大皿メニューを考えてみよう!

(〇〇) 中学校 (〇) 年 (〇) 組 名前 (千歳 太郎)

レシピのタイトル

人参と春雨のツナ煮

(材料 5 人分)

- ・春雨(乾) 30g (戻し後 4 倍)
- ・まぐろ油漬け(ツナ缶) 125g (2 缶)
- ・にんじん 75g (1/2 本)

※ 調味料

- ・料理酒 小さじ 1
- ・三温糖 小さじ 2
- ・めんつゆ 小さじ 1.5
- ・しょうゆ 小さじ 1

(完成の写真)



(作り方)

1. にんじんは皮をおき、千切りにする。
2. 春雨は下ゆでする。(3~4 分)
3. まぐろ油漬けの油でにんじん・まぐろ(ツナ)をいためる。
4. ※の調味料をくわえる。
5. 最後に、春雨をいれて味がしみるまでいためる。

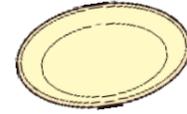
(工夫したところや、このレシピにした理由)

千歳産のにんじんを使って、苦手なにんじんもおいしく食べられるメニューにしました。

応募用紙



給食レシビコンテスト



募集テーマ

ちさんちしょう
千産千消



おかわりしたくなる大皿メニューを考えてみよう!

() 中学校 () 年 () 組 名前 ()

レシピのタイトル

(材料 5 人分)

(作り方)

(完成した写真またはイラスト)

(工夫したところや、このレシピにした理由)

きりとり



中学生の部

給食レシピコンテスト

募集テーマ **ちさんちしょう 千産千消**

おかわりしたくなる大皿メニューを考えてみよう!



対象学年

中学校1年生～中学校3年生の全学年

応募条件

大皿料理 千歳産の食材を使用する炒めもの
千歳産食材【大根、にんじん、じゃがいも、白菜、小松菜、ピーマン、かぼちゃ、椎茸、^{まいとん}う米豚】

例) 炒めもの【ビビンバ、野菜ソテー、ジャーマンポテト】
炒め煮 【人参と春雨のツナ煮、切干大根炒め煮】

※おひたし、サラダなどの冷たい料理は応募できません。

締切日

8月28日(木)までに学校へ提出して下さい。

応募方法

応募用紙に記入し、きりとり線で切って学校へ提出して下さい。

問合せ先

千歳市学校給食センター
[TEL 0123-23-3591]

令和7年度 給食レシピコンテスト募集要項 中学生の部

- 趣旨 児童生徒が、給食や地域の食材に興味関心を高め、児童生徒の意見や嗜好を生かしたバラエティ豊かな魅力あるおいしい給食を提供し、残食を減らすことを目的とする。
- 主催 千歳市学校給食センター
- 募集テーマ 「千産千消～おかわりしたくなる大皿メニューを考えてみよう！」
- 応募対象 千歳市内の中学校に通っている1年生～3年生までの生徒
- 応募条件 大皿料理 千歳産の食材を使用する炒めもの

例) 炒めもの【ビビンバ、野菜ソテー、ジャーマンポテト】
炒め煮等【人参と春雨のツナ煮、切干大根炒め煮】
※おひたしやサラダなど冷たい料理は応募できません。
- レシピ留意事項
 - 1人1品のみ応募すること。
 - レシピは生徒が考案し、**以下の千歳産の食材を1品以上使用**すること。
千歳産食材【大根、にんじん、じゃがいも、白菜、小松菜、ピーマン、かぼちゃ、椎茸、^{まいとん}う米豚（豚肉スライス又は豚ひき肉を使用すること）】
※ う米豚は、千歳市駒里の「おおやファーム」でお米を食べて育ち、やわらかくふんわりしたお肉が特徴です。
 - 給食で提供できるメニューであること。(応募条件の大皿の料理の例を参照下さい。)
 - 応募前に一度試作し、その**写真をレシピに貼る**こと。(イラストも可)
- 応募方法 生徒は応募用紙に必要事項を記入し、**きりとり線で切って、各学校に提出**する。
- 募集締め切り
8月28日(木)まで 生徒は各学校へ提出する。
8月29日(金)まで 各学校から給食便で千歳市学校給食センターへ提出する。
- 審査及び表彰 応募レシピを審査委員が審査し、表彰及び副賞として図書カードを贈呈します。
最優秀賞のメニューは、**※1～3月の給食に提供**する予定です。
(※給食で提供する際は、提供できるようにアレンジすることもあります。
また、実施時期により千歳産食材の使用が一部になることもあります。)
- 問い合わせ先 千歳市学校給食センター (TEL:0123-23-3591)

※くわしい内容は募集要項、裏面の応募用紙の記入例を見てください!