

きにゅうれい
記入例



給食レシビコンテスト

ぼ しゅう
募集テーマ

ち さん ち しょう
千 産 千 消

しゆく ちとせし ぐこう かいこう ねん
祝★千歳市空港開港 100 年

ちとせ ビーアール さけ つか
千歳を P R ! 鮭を使ったメニューを考えてみよう!

(○○) しょうがっこう (○) 年 (○) 組 名前 (ちとせ たろう)

いっしょ かんが ひと なまえ ちとせ いちろう ちち
一緒に考えた人の名前 (千歳 一郎(父))

レシピのタイトル にんじん はるさめ に
人参と春雨のツナ煮

ざいりょう にんじん (材料5人分) ・はるさめ(乾) 30g (戻し後4倍) ・まぐろゆづけ(ツナかん) 125g (2 かん) ・にんじん 75g (1/2 ほん) ※ ちょうみりょう ・りょうりしゅ こさじ 1 ・さんおんとう こさじ 2 ・めんつゆ こさじ 1.5 ・しょうゆ こさじ 1	つく かん (作り方) 1. にんじんはかわをむき、せんぎりにする。 2. はるさめはしたゆでする。(3～4 ふん) 3. まぐろゆづけのあぶらでにんじん・まぐろ(ツナ)をいためる。 4. ※のちょうみりょうをくわえる。 5. さいごに、はるさめをいれてあじがしみるまでいためる。
かんせい しゃしん (完成の写真)	おうぼ りょうり じふし 応募する料理に○印をつけてください。 おおざりょうり 大皿料理 ・ カップ料理

(くふう したところや、このレシピにした理由)

ちとせさんのにんじんをつかって、にがてなにんじんもおいしく

たべられるメニューにしました。



給食レシビコンテスト

おう ぼ よう し
応募用紙

ぼ しゅう
募集テーマ

ち さん ち しょう
千 産 千 消

しゆく ちとせし ぐこう かいこう ねん
祝★千歳市空港開港 100 年

ちとせ ビーアール さけ つか
千歳を P R ! 鮭を使ったメニューを考えてみよう!

() しょうがっこう () 年 () 組 名前 ()

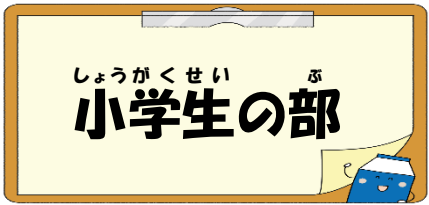
いっしょ かんが ひと なまえ
一緒に考えた人の名前 ()

レシピのタイトル

ざいりょう にんじん (材料5人分)	つく かん (作り方)
かんせい しゃしん (完成した写真またはイラスト)	
おうぼ りょうり じふし 応募する料理に○印をつけてください。 おおざりょうり 大皿料理 ・ カップ料理	

(くふう したところや、このレシピにした理由)

きりとり



10. 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!

※最優秀賞に選ばれた料理は、次年度以降も給食に提供することがあります。

ちとせしがっこうきゅうしょく
千歳市学校給食センター【TEL0123-23-3591】