

令和5年度かながわ学校給食夢コンテスト応募用紙

夢の献立用

(中学生)

(義務教育学校後期)

ふりがな	ほしもと まなみ
なまえ 名前	橋本 麻菜美

がっこうめい 学校名	よこすかし 横須賀市	りつ 立	しんめいちゅう 神明中	がっこう 学校
がくねん 学年・組	2 年	ねん	3 組	ぐみ

こんだてめい 献立名	三浦のキャバツリたぷり! とり肉のほんすいため
---------------	-------------------------

<材料名> (1人分)
 とりもも肉 1/2枚
 三浦のキャバツリ 2〜3枚
 人参 1/4コ
 玉ねぎ 1/4コ
 ほんす 大さじ1
 かたくり粉 肉にぶくばく量
 めんつゆ 大さじ1

<写真または絵 ※裏面を見てね>

<献立の特徴や工夫したことを書きましょう。>
 さっぱりしたほんすで味つけをし、人参、キャバツリを入れることで色とりもよくなるので、暑い夏でも食欲がわくような見た目、味が特徴です。
 三浦のキャバツリを使い、地産土産消費できるようにし、シャキシャキとした食感、も楽しめるようにしました。ほんすに酸味があるので熱を通すと甘みのある人参、玉ねぎを入れ食がやみやすくしました。

<献立を考えてみた感想を書きましょう>
 私は野菜を自分から食べるのが少ないので、どうしたら野菜を食べたくなるか考えて献立をたてました。
 見た目、栄養、おいしさか、どれも1つ欠けることなく考えるのは難しいけれど、どんな料理か食べたくなるか、喜ばれるか、試行全音言誤しなから考えられて楽しかったです。

確認後□にチェック/をしてください。