

令和6年度かながわ学校給食夢コンテスト

「夢の献立」応募用紙 (小学校・特別支援学校・義務教育学校前期)

学校名 (がっこうめい)	学年 (がくねん)	ふりがな
神奈川県立 鎌倉支援学校	高等部 / 1年	りかわ こうた
		名前 湯川 航太

作品名 三崎まぐろみぞれカツ

- 材料名
- みぞれソース
 - まぐろ
 - 小麦粉
 - 卵
 - パン粉
 - 揚げ油
 - 塩
 - こしょう
 - 三浦大根
 - ポン酢
 - あさつき
 - 付け合わせ
 - キャベツ
 - ミニトマト

写真または絵 ※うら面を見てね



使った食材数 (調味料は除く) 5つ

<献立のとくちょうや工夫したことを書きましょう。>
 脂ののった三崎まぐろをサクッとカツにしました。
 味付けは素材の味を生かすため、下味は塩こしょうのみ。
 さっぱりと食べられるように三浦大根をおろしたみぞれソースをかけます。色どりをよくするためにキャベツ千切りとミニトマトをそえます。

<献立を考えてみた感想を書きましょう>
 メインがカツなので、野菜で栄養バランスをとることを考えました。神奈川県食材にこだわった献立を考えるのは難しかったですが楽しかったです。
 他にも色々な献立を考えたりしましたが、揚げ物はみんながワクワクすると思うので、最終的にこのメニューにしました。