

かながわ学校給食夢コンテスト「夢の献立」応募用紙

学校名 <small>がっこうめい</small>	学年・組 <small>がくねん・くみ</small>	奈野市立	北中	学校 <small>がっこう</small>	2年	2組
---------------------------	-----------------------------	------	----	------------------------	----	----

(ふりがな)	よんせ ひより
氏名 <small>しめい</small>	横瀬 姫由

応募する部門 <small>おうぼ がつもん</small>	①か②のどちらかに○をつける
	①栄養バランス <small>えいよう</small> ②地場産物 <small>じばきんぶつ</small>

メニュー名 <small>めい</small>	カルボナーラ風ロールキャベツ	
材料名 <small>ざいりょうめい</small>	キャベツ	写真または絵 <small>しやしん または え</small>
タネ 豆腐	牛乳	
とりひき肉	卵黄	
玉ねぎ	パルメザン	
卵	ベーコン	
小麦粉	しめじ	
塩・しょう		
ナツメグ		



このメニューの特徴やアピールしたいことを書いてください。

タネを別たひき肉にするのではなく、豆腐ととりひき肉を使ったので、カロリー的に低く、ヘルシーにできると思います。

栄養バランスをとるために卵などを使ったから、カルシウムを多くとれるカルボナーラ風にした。

メニューを考える時に工夫したこと、メニューを考えてみた感想を書いてください。

キャベツ以外に味が楽しめるようにと、ソースにしめじとベーコンを入れました。サイズが思ったより大きくなり、食べる時にタネが出過ぎてしまったので、次回作る機会があったら、小さくから10個の小さめにしようと思いました。