

かながわ学校給食夢コンテスト「夢の献立」応募用紙

がっこうめい 学校名	がくねん・くみ 学年・組	成瀬貝小 学校 6 年 1 組
---------------	-----------------	-----------------

(ふりがな)	にしで" とモか
--------	----------

しめい 氏名	西出 朋糸
-----------	-------

おうほ 応募する部門	①か②のどちらかに○をつける ①栄養バランス ②地場産物
---------------	------------------------------------

メニュー名	夏野菜とひき肉のスタミナ丼
-------	---------------

ざいりょうめい 材料名	人参、玉ねぎ、なす、エリンギ、 ハロフリカ、ピーマン、南瓜 ひき肉、ご飯、火荒き肉のタレ オイスターソース、塩コショウ コマ油、レタス、ミニトマト 卵(目玉火荒き)
----------------	---



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。

野菜が多いため、時間がたない場合はレンジでチキすれば、時短になる。

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。

夏野菜をつかっているので、ヘルシーで食べやすい。