

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	学年・組	横須賀市立 浦賀	中学校	2年 5組
-----	------	----------	-----	-------

(ふりがな)	ヒロ	たつみ
氏名	吉元	翼海

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 <input checked="" type="radio"/> ②地場産物 <input type="radio"/>

メニュー名	たらとじゃがいものカーリトオイルはゆ献立 + じゃがいもとスライスチーフのサラダ
-------	--

材料名 6人前

たら...6切れ      ツナ缶2個  
 片栗粉...適量      (じゃが芋)...各ト5個  
 じゃがいも...5個      スライスチーフ...5枚<sup>2</sup>  
 にんにく...1片      + レタス...3枚  
 コーラー油...大さじ5      しょうゆ...1本  
 アサト...12個      卵...3個  
 しょうゆ...大さじ1と半分  
 塩...少々



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。

たらがジューシーに焼けるが魚が苦手な人も骨がつかないからお肉みたいでおいしいのと見ただけでもおいしいのでたまたま食べておくと野菜が苦手な人もスライスチーフとツナがバーとした所

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。

卵とたらを入れることでたんぱく質をとりトマト、レタス、しょうゆを入れる野菜もしっかりとれるようにした  
 たまたま作るのが難しかったけれど楽しくて食べてみるととても自分が作った方には感じられないほどおいしかったです