

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>がっこうのい</small>	学年・組 <small>がくねん・ぐみ</small>	横須賀市 <small>よこすか</small>	立 <small>たて</small>	神明中 <small>しんめいちゆう</small>	学校 <small>がっこう</small>	2 年 <small>ねん</small>	4 組 <small>ぐみ</small>
---------------------------	-----------------------------	--------------------------	---------------------	----------------------------	------------------------	-----------------------	-----------------------

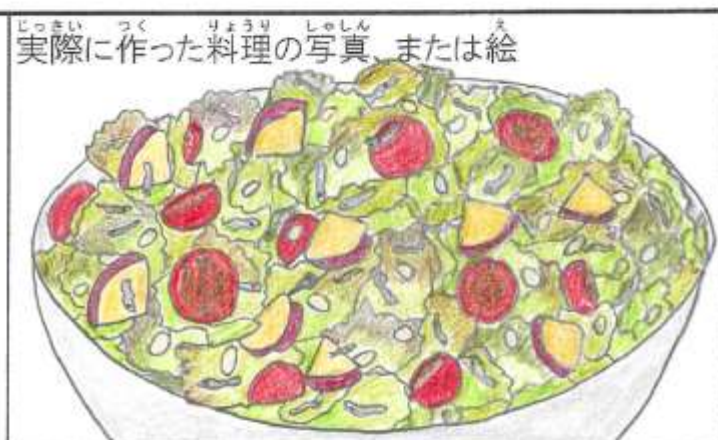
(ふりがな)	の ま ひろ と
--------	----------

氏名 <small>しめい</small>	野間 大翔
-----------------------	-------

応募する部門 <small>おうぼ ぶもん</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 ばらんす</small> ②地場産物 <small>じばさんぶつ</small>
-------------------------------	--

メニュー名 <small>めい</small>	彩り野菜のじゃこサラダ
-------------------------	-------------

- 材料名 ざいりょうめい
- 大豆 (1群)
 - ちりめんじゃこ (2群)
 - ミニトマト (3群)
 - サニーレタス (4群)
 - さつまいも (5群)
 - 和風ドレッシング (6群)



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。
 栄養のバランスを考えて、1群から6群の栄養素の食材を選びました。サラダに、食物繊維が摂れるサツマイモや、カルシウムやビタミンDが摂れるちりめんじゃこを入れて、栄養素が全て入っていて、彩りも良く、健康に良いメニューを考えました。

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。
 ・じゃこにもドレッシングの味がよく染み込むように、自前にドレッシングをあえてからサラダとませました。
 ・大きなトマトを切って入れたら、水っぽくなってしまったので、ミニトマトにしました。
 ・栄養バランスを考えたらうえて、彩りもよくなるメニューを考えるのは難しかったです。