

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	平塚市立松延小 学校 4年2組
-----	------	-----------------

(ふりがな)	つばき りな
--------	--------

氏名	築山 莉奈
----	-------

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	こまつなとしらすのたきこみごはん
-------	------------------

材料名(3合分)	実際に作った料理
・こまつな 1ぶくろ	・しょうが (少々)
・しらす 75g	
・米 3こづ分	
・めんつゆ 75ml	
・たしじる(かつおだし)	



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。

- ・平塚産物を使い、こなにか作ろうとしたら、こまつなとしらすがあつたので、たきこみごはんにした。
- ・しらすの生臭さをけすためにしょうがを入れました。
- ・しらすの半分は、たきこみごはんの上に乗せました。

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。

- ・平塚産物のとく産物にしらすがあり、それに合う食材として同じ平塚産物のこまつなを選びました。
- ・こまつなとしらすでカルシウムがたくさんとれると思ったから。