

学校給食献立コンクール応募用紙

応募区	小学校・中学校	学校名 花房 学校	学年 / 組 4年 / 組	ふりがな 山田 さくら 児童生徒名	児童生徒との続柄
分	保護者	※保護者の応募の場合 保護者氏名			
料理名 水田ごぼうの豆乳みそ汁					
使用した菊池市の食材 (にんじん、ごぼう)					
材料名	4人分の使用量 (g)	作り方・切り方など			
ごぼう	1本(160g)	①ごぼうをささばきにて切る。			
豚こま肉	100g	②にんじんをす切りにする (短冊切)			
(にんじん)	1/2本(80g)	③ごま油をひいて豚こま肉を 色がかわるまでいためる。			
ごま油	小さじ2	④③にごぼうとにんじんを 加えてさらにいためためを 加えてにする。			
豆乳	200cc	⑤豆乳、みそを溶かす。			
みそ	大さじ2	⑥器にもりねぎを かける			
ごまみねぎ	適量				
★塩こしょう	少々				
★和風だし	小さじ2				
★水	800cc				

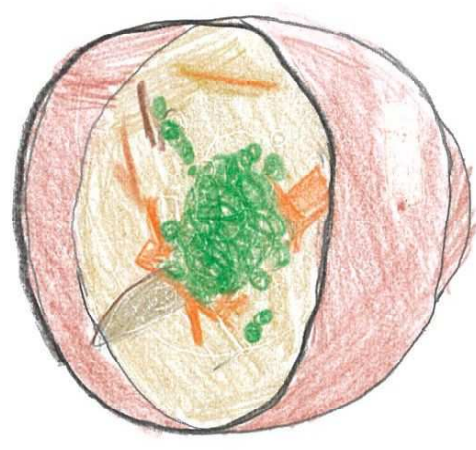
献立コンクール応募用紙

当てはまるものに「○」をつけてください。

- ① 献立コンクールに応募して、どう感じましたか。(いくつ○をつけてもかまいません。)
- ② 菊池産の農産物についてわかった。
- ③ 健康と食事は大切だと思った。
- ④ 料理を作るのが楽しかった。
- ⑤ その他 ()

アンケートは以上です。ありがとうございました！

写真又はイラスト



この料理の特徴など

- ・根菜たっぷりで体が温まるメニューです。
- ・いつものみそ汁も豆乳を加えるだけで
まらやかで一味ちがっておいしいです。
- ・水田ごぼうを使うことで水につけてアゲを
ぬかなくしていいので時短になります。