

食育 だより

コンテスト結果
特別号



令和6年度 和泉市中学生
給食レシピコンテスト
完食レシピ
～〇〇さんに感謝をこめて～
選考結果発表

和泉市中学校 栄養教諭部会 2024 12 月 1 日発行

夏休みに生徒が考えた『完食レシピ～〇〇さんに感謝をこめて～』の選考を行いました。各学校からノミネートされた多彩な作品の中から、給食に登場する『レシピ部門』(2 作品)と『アイデア部門』(8 作品)の2部門を決定しました。各校代表の入賞作品を紹介します♪

※今年度は『完食』をテーマにしました。残さず食べる完食の意味だけではなく、「感謝」の意味の『“感”食』の意味も込めました。たくさんの人々の努力や工夫があって、私たちは日々食事をする事ができています。これからも感謝の気持ちを大切にして食事をしてくださいね。

2024
レシピ
部門

石尾中
水野 風紗さん

『ゴロゴロ野菜の
ミネストローネ』



糖尿病で食事療法をしているおじいちゃんにイワンやブロッコリーが糖尿病の食事療法に役立つと知ったので、私の大好きなミネストローネと一緒に完食したくて作りました。

2024
レシピ
部門

北池田中
上村 龍生さん

『キャベツと小松菜の
旨辛チャプチェ』



いつも朝早くから仕事に行ってくれているお父さんに感謝の気持ちを込めて作りました。外食で野菜不足になりがちになるので、野菜をたくさん入れました。

2024
アイデア
部門

和泉中
徳田 優奈さん

『フードロスをなくそう
春巻き』



いつも捨てている野菜の皮や芯には栄養がたくさんあります。農家の方が一生懸命作ってくれた野菜を捨てることなく食べたいと思って作りました。

2024
アイデア
部門

郷荘中
前田 陽菜さん

『豚肉とさつまいもの
レモン風味たきこみご飯』



レモンの味にして、さっぱり感を出し、色々な材料を入れたたきこみご飯を作りました。

2024
アイデア
部門

南松尾はつが野学園
加山 芽依さん

『みかんの肉団子スープ』



これから寒くなってくるので温かいスープを家族に向けて作りました。冬が旬といえばみかん。和泉市でもみかんを育てているのでみかんを使ったスープです。

2024
アイデア
部門

南池田中
馬面 利子さん

『サーモンとほうれん草
のクリームうどん』



いつも仕事を頑張ってくれているお母さんに向けて、栄養たっぷりのほうれん草とさけをたくさん入れて健康になるように作りました。

2024
アイデア
部門

槇尾中
飯阪 未欧さん

『冷凍豆腐を使った
キーマカレー』



いつもお肉を食べず、少食なおばあちゃんにお肉を使わずワンプレートで栄養がとれる料理を作りました。しっかり栄養をとって元気でいてね。

2024
アイデア
部門

富秋中
亀山 歩楓さん

『ツナオニオンキャロット
コロッケ』



コロッケだけど、肉が入っていないヘルシーなコロッケを作りました。おかあさんに感謝の気持ちをこめました!美味しいです!

2024
アイデア
部門

信太中
中磯 太慥さん

『～粉から作った～弟への
愛情ぶっかけトマトうどん』



弟の野菜嫌いによる栄養不足を補うためトマトジュースを生地に練りこんで作りました。野菜苦手意識の軽減にもなったらいいと思います。

2024
アイデア
部門

光明台中
二宮 瑛梨さん

『キンパ丼』



お母さんは韓国が好きなので、家でも韓国気分になれるようにキンパを作りました。

レシピ部門入賞の2作品(石尾中代表作品、北池田中代表作品)については、3学期の給食(市統一メニュー)として、給食アレンジを加えて登場します。楽しみにしてくださいね。