## コンテスト結果

## 特別号を

## 全和6年度 和泉市中学生 給食レシピコンテスト

完食レシピ

~00さんに感謝をこめて~ 選**去**生里卒事 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ことができています。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 石尾中 <sub>水野 瓜紗さん</sub> 『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シやブロッコ 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で一緒に完食したくて作りました。

2024 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 和泉中 徳田 優奈さん ア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。

プログライデア 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。



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 **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』

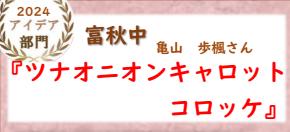


いつも仕事を頑張ってくれているお母さんに向けて、栄養たっぷりのほうれん草とさけをたくさん入れて健康になるように作りました。





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。





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!



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 なと思います。



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。

Buter parter p