

学校名（がっこうめい）	学年（がくねん）	ふりがな
藤沢市 立 鶴沼中 学校	3 年	名前 佐藤 亜海

さくひんめい 作品名	夏の食欲そそる！さっぱり神奈川ランチ	
こんだてめい <献立名> しゅしよく 主食：湘南しらた枝豆 混ぜごはん しゅさい 主菜：鶏の唐揚げの梅干し焼き ふくさい 副菜：三浦野菜の冷やしおひたし その他：汁物 けんちん汁 つか 使った県内産品の数 ちっ	しゃしん <写真または絵	うらめん ちゅうい み ※裏面の注意を見てね> 
つか 使った食料数 ちょうみりよう のぞ (調味料は除く) 16 っ	こんだて とくちよう くふう か <献立の特徴や工夫したことを書きましょう。> 主食では、今バ旬である枝豆と、私たちの住む湘南が名産地であるしらたきととりいれ、副菜にも、同様に、三浦野菜のものをとりいれ、近くでいからこそできる彩りを加えています。また、主菜、汁物では、鎌倉の仏教文化を代表する食べものである、けんちん汁や夏バテ予防かつ保存食として愛されている梅干しを使用しました。全体として、さっぱりとしていて、神奈川県をまるごと食べられようという工夫しました。	
こんだて かんが かんそう か <献立を考えてみた感想を書きましょう> 歴史で学んだ古来より伝わる文化や、気候、風土等を調べながら取り組んだため、改めて、今住む神奈川県の魅力を知れたような気がします。また、調べるだけでなく、実際に作って食べてみることで、より身近に、神奈川県を感じられました。		