

かながわ学校給食夢コンテスト「夢の献立」応募用紙

| | | | | |
|---------------|-----------------|---------|------------|--------|
| がっこうめい 学校名 | がくねん・くみ 学年・組 | 箱根町立箱根中 | がっこう 学校 | 3年 / 組 |
|---------------|-----------------|---------|------------|--------|

| | |
|--------|--------|
| (ふりがな) | サビロ ミマ |
|--------|--------|

| | |
|-----------|-------|
| しめい 氏名 | 貞廣 珠沙 |
|-----------|-------|

| | |
|---------------|--|
| おうぼ 応募する部門 | ①か②のどちらかに○をつける ① <u>栄養バランス</u> ② 地場産物 |
|---------------|--|

| | |
|-------|-----------|
| メニュー名 | 千キントマト煮込み |
|-------|-----------|

- ざいりょうめい
材料名
- ・ とりのモモ肉
 - ・ トマト(ハンブレードOK)
 - ・ タマネギ
 - ・ チーズ(とろけるチーズ)
 - ・ オリーブオイル
 - ・ パセリ(ウレ)
 - ・ 塩
 - ・ コショウ
 - ・ コンソメ
 - ・ オレガノ



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。

トマトを煮込んでいるので、酸味が消え、食べやすくするので、生のトマトが苦手な人もたくさん摂取あることが出来ます。

また、パンにも、ご飯にも、パスタにも合うので、主食を選ばない。

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。

工夫したことは、1群～6群まで、すべてが食材が入っているので、食事バランスが良く、健康的な食事をとることが出来ます。給食は、1群～6群までの食材がすべて入っていないといけないので、この一品で、1群～6群までが入っているので、給食にも向いている食事だと思います。感想は、私はこの「千キントマト煮込み」を1回作ってみました。私は生のトマトが苦手なのですが、煮込むことによりおいしく食べられるようになりました。また、給食を考えるのは大変だなと思いました。