

かながわ学校給食夢コンテスト「夢の献立」応募用紙

学校名 <sup>がっこうめい</sup> 相模原市立 双葉小 <sup>がくねん・ぐみ</sup> 学年・組 4年3組

(ふりがな) オオヤ

氏名 <sup>しめい</sup> 大谷 つはさ

応募する部門 <sup>おうぼ</sup> ①か②のどちらかに○をつける  
 ① <sup>えいよう</sup> 栄養バランス ② <sup>じばさんぶつ</sup> 地場産物

メニュー名 <sup>めい</sup> ミートウーフ (ミートローフにウーフを入れました)

材料名 <sup>ざいりょうめい</sup>  
 ・月豚ひき肉  
 ・とうふ  
 ・ゆで玉子  
 ・りんご  
 ・にんじん  
 ・たまねぎ  
 ・チーズ  
 ・パン粉  
 ・牛乳  
 ・しょう油  
 ・マヨネーズ  
 ・肉汁  
 ・ミニトマト  
 ・ケチャップ  
 ・ソース  
 ・バター  
 ・しょう油  
 ・赤ワイン  
 ↑  
 ソース



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。  
 できるだけヘルシーになるように分量の半分をとうふにしました。  
 色どりを考えて赤と緑の野菜を使い、真中には大きなゆで玉子を入れました。オーブンでやいた時に出でくる肉汁をソースに使ったのがポイントです。

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。  
 最後にセカンド時真中に集まるように、玉子や野菜を並べるのが工夫したことです。  
 米斗王里を作るのが最近ちょっと楽しくなってきました。おいしいのでぜひ食べてよかったです。