

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 <small>がっこうめい</small>	学年・組 <small>がくねん・くみ</small>	横須賀市立 <small>よつぎ</small>	長沢中 学校 <small>がっこう</small>	年 <small>ねん</small>	組 <small>ぐみ</small>
---------------------------	-----------------------------	--------------------------	----------------------------	---------------------	---------------------

(ふりがな)	たきもとらな
氏名 <small>しめい</small>	瀧本 良愛

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

メニュー名 <small>めい</small>	栄養満点！野菜たっぷりミネストローネスープ
-------------------------	-----------------------

材料名 (4人分)

- ・厚切りベーコン 180g
- ・塩麹 大さじ1
- ・オリーブオイル 大さじ1
- ・にんにく(みじん切り) 大さじ1
- ・ごぼう 1/2本
- ・玉ねぎ 中1個
- ・じゃがいも 中2個
- ・にんじん 1/2本
- ・キャベツ 小5枚
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々
- ・ホールトマト 390g



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。

・このメニューは冷蔵庫にあるもので作れてしまう とても簡単な一品です。野菜がたっぷり入っているため、たんぱく質や炭水化物、脂質といったたくさんの栄養を取ることができる一品です！手軽に作る事ができるのでとてもおすすめです！

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。

・まず冷蔵庫にある野菜。そして栄養を取ることができ、簡単に作れるようなメニューがいいなと考えてみたところ自分の大好きなミネストローネが思いつきこのメニューにしました。このメニューを考えてみて、作ってみて本当に簡単に作る事ができたし、たくさんの栄養を取ることができたので良かったです！