

給食の新しいメニューを考えてみよう！

新メニューコンテスト



●魚津市立 よつば学校 5年 1組 氏名 ^{ふりがな} 村崎 亮太

●料理名: ^{レンコンと} さつまいも ^{ホクホク} の ^{シャキシャキ} カレー ^{ふた} いため

●料理の種類: (主菜)・副菜・汁物・デザート
※ いずれかに○をつける

●材料名: ※分量は必要ありません。

使用する魚津産食材 (リストの中から選ぶ)

さつまいも、れんこん

その他

ぶた肉、いりごま

●作り方:

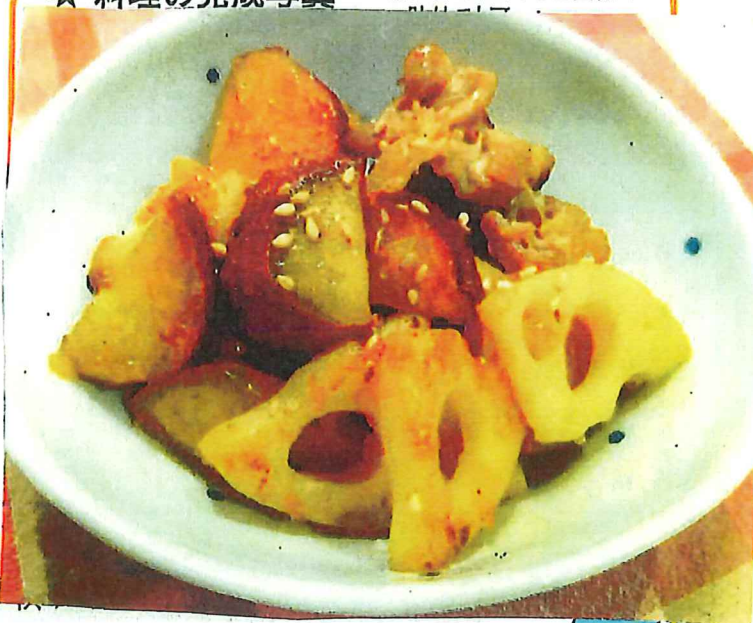
- ①レンコンとさつまいもを4〜5cmの厚さに切る。
- ②ぶたバラ肉を2〜3cmの大きさに切る。
- ③②に塩コショウ、かたくり米粉をまぶして、油でいため皿に取り出しておく。
- ④①にかたくり米粉をまぶして両面にこげ目がつくまでいためる。
- ⑤④に③を入れてしょう油、ごま油、すまみ、マヨネーズ、コンメを加えていためる。
- ⑥味がなじんだらカレー粉を加えていためる。
- ⑦きりつけゴマを加えたらできあがり。

★工夫したところ・ポイント

れんこんのシャキシャキがと
さつまいものホクホクを
出すために食材の味
を生かしました。みんな
好きなカレーとぶた肉を入れて
みんなが好きな味に
しました。

★料理の完成写真

※プリントアウトした画像の



【メニューを考えたときのポイント】

- ① 11〜12月の給食に出るメニューなので、