

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 星の杜 学校 5年 2組 氏名^{ふりがな}石坂 萌衣

●料理名: あたかんこんスープ ●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)

白ねぎ、れんこん、生いたけ
キャベツ
その他

たまご(1個)
とりがら...半粒 しょうゆ...大匙1
しょうが...半粒

●作り方:

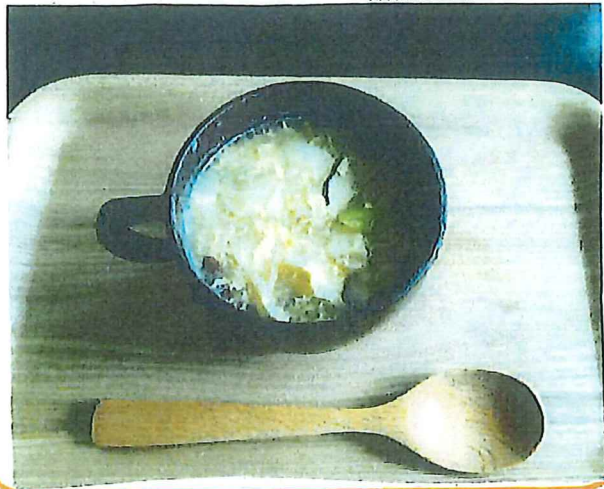
- ①れんこんをすりおろす。
- ②生いたけ、キャベツ、白ねぎを切る。
- ③水を大量に入れて、とりがら、しょうゆ、しょうがをいれる。
- ④ふきだしで、すりおろしたれんこん、切ったキャベツ、白ねぎ、生いたけをいれる。(3分ほど)
- ⑤アクをとる。
- ⑥たまごごとこま油をいれたら完成。

★工夫したところ・ポイント

冬のイメージでしょうがを入れて
体があたまるようにした。
れんこん以外は他の魚津産の
野菜や家にある残りものでも
良いと思います。(食品ロスも減ら
そうみんなのすきな味が味
にしました。

★料理の完成写真

※プリントアウトした画像の
貼付でも可



【メニューを考えるときのポイント】

- ① 11~12月の給食に出るメニューなので、秋や冬をイメージして考えよう。

