

2017みのお

作品募集

アイデアメニューコンテスト

テーマ～炊きたてごはんと一緒に箕面でとれた秋の野菜を食べよう!～

箕面でとれる
秋野菜を使った
ほしゅう
料理を大募集!



実りの秋! 食欲の秋!
炊きたてごはんに合う
おかずを考えてね。



ほしゅう
募集
期間

平成29年

平成29年

7/21(金)～9/5(火)必着

おうぼ
応募資格

- 市内在住または在学の小学5年生～中学生
- 1人または2～3人1組（学年が混在してもOK）

おうぼ
*応募の人数は審査に影しんさ響えいきょうありません



主催：箕面市・箕面市教育委員会

後援：大阪青山大学・大阪青山大学短期大学部・箕面市食生活改善推進協議会

おうぼ 応募内容

- 米飯（白ご飯）に合うおかず 1～2品を考えて、1食分の献立^{こんだて}にすること
- 栄養バランスを考えたメニューであること
- 箕面の秋野菜を3種類以上使用すること（右ページを参照）
- 1食につき野菜を100g以上使用すること（箕面の秋野菜を含む）
- 材料費は1食250円以内であること（米代は含まない）
- 1人またはグループでおかず1～2品を3食分、1時間30分以内に調理できること

しんさ 審査方法

- 一次審査^{しんさ}は書類審査^{しんさ}です。一次審査^{しんさ}を通過した方（グループの場合は代表者の方）にお知らせします。
- 二次審査^{しんさ}は応募作品の調理とプレゼンテーションによる審査^{しんさ}です。結果は後日お知らせいたします。

【二次審査^{しんさ}】

平成29年10月22日(日)実施^{じっし}予定

おうぼ 問い合わせ・応募方法

おうぼ
応募用紙に必要事項^{じこう}をすべて記入し、下記まで郵送^{ゆうそう}または直接提出してください。

※おうぼ
応募用紙は市内の小中学校から配布、またはホームページからダウンロード

〈みのお
箕面市→くらし→食育→食育のイベント〉

〒562-0003 箕面市西小路4丁目6-1
電話 072-724-6159 Fax 072-722-2466
みどりまちづくり部 箕面^{さん}産と食^{すいしん}の推進室
市役所別館4階 43番窓口

ひょうしょう 賞と表彰

〈入賞〉

- 最優秀^{さいゆうしゅう}賞・優秀^{ゆうしゅう}賞 各1点
- 特別賞 数点

ひょうしょう 【表彰式】

平成29年11月25日(土)開催^{かいさい}予定

の箕面市農業祭^{ひょうしょう}で表彰

*一次審査^{しんさ}を通過した方は入賞されなかった場合でも奨励^{しょうれい}賞として表彰^{ひょうしょう}します。

おうぼ
応募者全員に参加賞をプレゼント！最優秀^{さいゆうしゅう}賞には副賞として箕面産野菜がもらえるよ！なんとお店のメニューにもなるよ！
たくさんのおうぼ
応募をまってるよ。



今回のコンテストのテーマは

「炊きたてごはんと一緒に箕面でとれた秋の野菜を食べよう！」

- メニューに使う野菜の条件は100g以上です。そのうち、箕面でとれる秋野菜を下の表の中から3種類以上選んでください。

箕面でとれる秋野菜

【葉 物】 きゃべつ・はくさい・葉ねぎ・たまねぎ・
チンゲンサイ

【実物類】 さやいんげん

【根菜類】 にんじん・だいこん

【きのこ】 生しいたけ

【いも類】 じゃがいも・さつまいも・さといも

この中から3種類以上を選んでメニューにいれてね

箕面市の食育 **3**つのアクション

1

朝食宣言！
せんげん

毎日食べます！朝ごはん

2

食は健康！

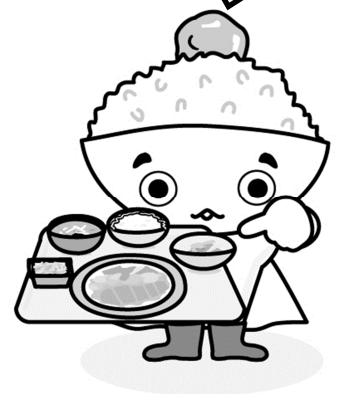
野菜たっぷりバランスごはん

3

お米習慣！
しゅん

旬と味わうお米のごはん

3つのアクション
を意識して
メニューを
考えてみよう！



箕面産野菜は朝市で買えます！

・箕面駅前ふれあいプラザ朝市

・石丸ヘルシーファーム朝市

・箕面中央朝市

(JA 大阪北部農産物朝市直売所)

・止々呂美ふれあい朝市

