

学校給食応募献立の審査結果

問合せ 学校給食課 (☎ 41 - 3251)

「あったらいいな！こんな給食」をテーマに、多数のご応募をいただきありがとうございました。

応募総数 263 件から入選 11 件が選ばれました。
入選作品は、令和 5 年度の学校給食に採用されます。



入選（敬称略）

氏名		学校名	献立名	
うえはら 上原	なみえ 南愛	光ヶ丘中	生徒	簡単！きのこたっぷりキーマカレー
いとう 伊藤	はのん 羽音	光ヶ丘中	生徒	ひじきと人参と卵の オイスターソース炒め
かわかみ 川上	さら 紗羅	光ヶ丘中	生徒	マーボー里芋
かとう 加藤	じゅんこ 順子	光ヶ丘中	教諭	わかめと厚揚げの中華風炒め
いとう 伊藤	るか 瑠香	北里中	生徒	里芋と大豆の甘辛揚げ
いしだ 石田	ゆい 佑衣	北里中	生徒	みんな大好きコンソメ味の！ じゃがいもと野菜いため
かち 加知	だいすけ 大典	北里中	生徒	まぐろと大豆のみそがらめ
はやし 林	さらき 更紗	北里中	生徒	スタミナ豆乳キムチうどん
がと 賀戸	けいと 啓翔	北里中	生徒	きのこたくさん豚キムチ
かわむら 河村	きき 卓希	応時中	生徒	かぼちゃニョッキの 豆乳クリームスープ
こうの 河野	えいた 英汰	一色小	児童	まめのサラダ



▲令和 3 年度応募献立（一部）
貝だくさんカラフルひじき（上）
大豆カレー（下）

給食についてのお知らせ

🍅 入選作品のレシピから 6 つのレシピを、偶数月号に掲載している
コーナーで紹介しています。👩🍳 **わたしもコックさん** の
ぜひおうちでも作ってみてください！

🌱 今の子どもたちがどんな給食を食べているか気になりませんか？
毎月の給食献立表をホームページで公開していますので、ぜひご
覧ください。

🍆 市公式ホームページ > 市民の方へ > 子育て・教育・青少年活動 >
食育・給食 > 給食 > 学校給食献立表
または右の QR コードからご覧いただけます。



りんごはできちゃう
メニューを紹介

わたしもコックさん
10月15日 第10回

若鶏のマリネ

材料（4人分）

鶏むね肉	1枚	にんじん	1/2本
食塩	小さじ1/2	ピーマン	2個
こしょう	少々	しょうゆ	大さじ1
片栗粉	適量	砂糖	小さじ1
酒	適量	大さじ3	
玉ねぎ	1/2個	おろし	小さじ1

作り方

- 鶏むね肉は一口大の薄いきざしに、塩こしょうをふり、片栗粉をまぶす。
- 玉ねぎは薄切り、にんじんは千切りにする。ピーマンは縦半分に切って縦半分に切る。
- しょうゆ、砂糖、酒、おろしでマリネ液を作る。
- ②の野菜をフライパンでさっと炒めた後、マリネ液に漬け込む。

※学校給食用にアレンジしました。

令和3年度応募献立の入賞作品です。
光ヶ丘中学校 小笠原 雄太さん

冷めてもいいメニューを考えました。
ご家庭では、野菜は生のままマリネ液に漬け込んでください。

問合せ 学校給食課（南郷学校給食センター） ☎ 42 - 0363

▲わたしもコックさん