

会津坂下町ごはんコンテスト開催 〜学校給食センターの取り組み〜

学校給食センターでは、子どもたちの地場産物への関心を高めるため、毎年「ごはんコンテスト」を開催しています。今回は最終審査の結果発表を掲載します。

〇栄養バランスを大切に！

中学生は「お弁当」を、小学生は「朝ごはん」をテーマに、一次審査を通過した町内の小中学生が腕を競いました。制限時間は40分。手つきは鮮やかで、普段から料理をしていることがよく分かりました。早い児童は10分以上も時間を残し彩りも美しい料理を完成させました。

審査員は栄養士らが務め、美味しさはもとより、栄養バランスとアイデアの良さに感心していました。

生徒、児童たちの健康的な食生活の推進や、地元食材に親しんでもらうきっかけとなるよう学校給食センターではこれからもこの取り組みを継続していきます。



中学生の部 お弁当 食べる人に合わせて作ったバランスの良いお弁当ばかりです。

最優秀賞
渡辺 琉華さん
「今昔弁当」

多くの世代の人に食べてもらえるよう、揚げないコロッケなどでカロリーも工夫しました。

優秀賞
桑原 希さん
「お父さん、いつもありがとう！弁当」

父の好きな豆腐入りハンバーグをメインにし、健康面も考えて作りしました。

優秀賞
佐藤 良輝さん
「自家製野菜で栄養満点弁当」

南瓜サラダもササギのおひたしも全部自家製です。ご飯にもシソを混ぜました！

入賞
松永 華奈さん
「故郷 会津弁当」

会津を離れるいとこのお兄ちゃんのために作った、会津郷土料理のお弁当です。

入賞
鈴木 翔さん
「野菜たっぷり6色ビビンバ弁当」

バランス良く野菜も多めに入れたスタミナ弁当にしました！

小学生の部 朝ごはん こんなに素敵な朝ごはん、毎朝食べたいですね！

最優秀賞
山本 心海さん
「叩倒！夏予防弁当」

スフレオムレツをふわふわにするために泡立て頑張りました！

優秀賞
松永 瑞生さん
「お父さん今日も一日がんばってね」

しらすたっぷり丼をきれいに盛り付けることができました。

優秀賞
河原田 大樹さん
「畑でとれた野菜たち」

珍しいソーメン南瓜のサラダや野菜スープも素早くできました。

入賞
佐藤 陽菜さん
「夏野菜たっぷり朝ごはん」

夏野菜のチーズ焼きはよく作る定番料理です！

入賞
遠藤 優心さん
「夏野菜たっぷり朝ごはん」

完熟トマトと玉子の炒め物の火加減が上手くできました。

入賞
桑原 睦さん
「ボリューム満点！やる気UP朝ごはん」

目玉焼きの黄身を丁寧に半熟にできました。

揚げないコロッケ ☆★12月19日 食育の日・家庭料理の日☆☆

《材料》 2人分（1人分約 128kcal）

- ・かぼちゃ 1 / 4個
- ・マヨネーズ 適量
- ・パン粉 適量

～作り方～

- ① かぼちゃをレンジで柔らかくなるまで加熱し、つぶす。
- ② かぼちゃとマヨネーズを和え、俵型に整える。
- ③ パン粉をフライパンでから煎りし、形を整えたかぼちゃにまぶして完成。



最優秀賞の渡辺さんのアイデアです。油不使用で低カロリー！

認定農業者会より

12月出荷予定の野菜

大根、白菜、レタス、小松菜 など

【問い合わせ 生活課 福祉健康班 ☎93-6169】