

萩の食べものはいちばん!

# 朝ごはん メニュー コンテスト



自分で考え作って食べることで、朝食と家族団らんの大切さを知るとともに、自ら望ましい食生活を実践する力(食べる力)を育みます。

左記の<sup>じばさんしよくざい</sup>地場産食材の<sup>しゆるいいじょう</sup>2種類以上

を使ったオリジナルの

<sup>あさ</sup>朝ごはん一品 or <sup>しる</sup>おむすびと汁もの

せつきあじ  
みこといか  
あまだい  
むつみぶた  
みしまうし



だいこん  
ブロッコリー  
はくさい  
にんじん  
じゃがいも  
キャベツ  
こまつな  
はなっこりー  
れんこん



ほうれんそう  
レタス  
たけのこ



春

冬

萩の地場産食材

夏

秋

きゅうり  
トマト  
たまげなす  
たまねぎ  
いんげん



しいたけ  
だいす  
さつまいも  
ごめ



## メニュー条件

子どもでも手軽に作ることができ、オリジナルのもの  
材料費は4人分600円程度、調理時間は30分以内(事前準備・片付けは含まない)

## 応募資格

市内に居住、または市内に通園・通学の幼児～高校生  
親子や友達と一緒に応募可、親子は小学生までとする

## 応募方法

応募用紙に必要事項を記入し、各園・学校に提出してください。  
応募用紙は、“萩市ホームページ”からでもダウンロードできます。  
郵送の場合は、下記問合せ先までお送りください。

おうぼしゃ ぜんいん  
応募者全員に  
さんかしょう  
参加賞があります\*

## 切

令和3年9月3日(金)

## 審査方法

- 一次審査 9月17日(金) 書類選考により、10点を選出(通過者のみ通知)
- 二次審査 10月17日(日) 一次通過者による調理・試食審査予定
- 表彰式 11月13日(土) 萩ふるさとまつり会場で実施予定

## 審査員

朝ごはんメニューコンテスト実行委員、協賛団体 ほか

## 問合せ先

萩市健康増進課(萩市保健センター) Tel(0838)26-0511  
〒758-0074 萩市平安古町209-1 ※土・日・祝日を除く 8:30~17:15



過去の実賞作品は  
こちらチェック

- ☞ ひとつでも記入漏れ等の不備がある場合は無効です。参加賞も出ませんのでご注意ください。
- ☞ 応募書類・写真は返却しません。
- ☞ 応募書類の内容・写真については、本コンテスト以外の目的では使用しません。
- ☞ ご応募いただいた作品の著作権および使用権は、萩市健康増進課に帰属します。

主催 萩市の食育を支える会

共催 萩市教育委員会、萩市

協賛団体  
(五十音順)

阿武・萩地域地産・地消推進協議会、阿武・萩地区魚食普及推進協議会、(株)キヌヤ、  
(株)丸久アトラス萩店、業務スーパー萩店、国際ソロプチミスト萩、ザ・ビッグエクストラ萩店、  
サンリブ萩、JA山口県萩統括本部、萩・阿西商工会、萩阿武商工会、  
萩市民生委員児童委員協議会、萩市PTA連合会、萩物産協会、山口県漁協はぎ統括支店

朝ごはんメニューコンテスト  
応援キャラクター  
なっくん&せつきちゃん  
©Rie Nishihara



# 萩の食べ物はいちばん！第8回朝ごはんメニューコンテスト

| 朝ごはん一品 ・ おむすびと汁もの      |             | ←いずれかに○をつける                              |              | ※受付番号                             |
|------------------------|-------------|--|--------------|-----------------------------------|
| ふりがな                   | 男<br>・<br>女 | 園名                                       | 保育・幼稚園       | 未満 年少 年中 年長                       |
| 氏名                     |             | 学校名                                      | 小・中・高等学校     | 学 年 年                             |
| 親子参加の場合<br>保護者名        |             | 友だちと参加の場合<br>ともだち名                       | 年            | 連絡のとれる電話番号<br>( ) -               |
| メニュー名                  |             |  | 萩の<br>地場産食材名 | ①<br>②                            |
| 食材を選んだ理由               |             |  |              |                                   |
| 材料名                    | 分量 (4人分)    | 作り方                                      |              | 調理時間                              |
|                        |             | 事前準備 (あれば書いてね)                           |              | ふん<br>分<br><br>ふん<br>分<br>(30分以内) |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
|                        |             |  |              |                                   |
| 工夫したところ                |             | できあがりの絵または写真<br>(絵には色をぬる、写真は裏に名前と学校名を書く) |              |                                   |
| 家族へのメッセージ              |             |  |              |                                   |
| 家族からのひとこと (食べてみての感想など) |             |  |              |                                   |

※ ボールペンなどで濃く書いてください。また、記入漏れなどの不備があると無効になります。ご注意ください。  
 ※ 分量は、計量して記入してください。(たまねぎ〇グラム、しょうゆ大さじ〇杯など)  
 ※ 電話番号は一次審査通過者の連絡に使用します。連絡がつく番号を記入ください。個人情報には十分配慮します。