

# 鳥取県

## 学校給食会だより



平成 29 年 3 月 12 日 文責：佐竹香寿代  
HP アドレス：http://www.togk.or.jp

### 特別号 (No.197)

(公財) 鳥取県学校給食会  
鳥取市安長字前内 3 8 7-1  
(TEL) 0 8 5 7-2 3-7 0 8 4  
(FAX) 0 8 5 7-2 7-8 0 4 0  
E-mail:kenkyu@togk.or.jp

## 平成 2 9 年度 “お米を使った” 朝食献立コンクール

去る 2 月 1 7 日 (土) 倉吉市の鳥取短期大学にて、“お米を使った” 朝食献立コンクールを開催しました。今年で 1 3 回目となるコンクールは、県内の小中学生から 5 2 作品の応募をいただきました。その中から、1 次審査の書類選考を通過した 6 組が実際に調理を行い、7 名の審査員の方に味、盛り付け、手際の良さ、お米に合う料理かどうか等の審査をしていただきました。熱戦がくりひろげられましたので、応募作品と共にご紹介させていただきます。



### 最優秀賞 寒い朝でも体も心もぽかぽかごはん



【献立】  
白ねぎご飯・具だくさん汁  
かぶとりんごの甘酢和え  
米子市立明道小学校  
3 年 中村すず さん  
保護者 中村 恵 さん

#### 白ねぎご飯

1. 米は洗って内がまに入れ、30分おいてから昆布茶をいれてまぜる
2. 白ねぎは1cmくらいの小口切りにして、①のかまに広げてスイッチを入れる
3. スイッチが切れたらすぐ、卵をよくほぐし、塩1つまみ入れ、ねぎの緑のところをスライスしたものと一緒に流し入れる
4. 5分くらい蒸らしたらご飯を混ぜてお茶碗に盛る

#### 具だくさん汁

1. とり肉は細切り、ごぼうはさがきその他は食べやすく切る
2. こんにやくは熱湯をかけて水を切り、食べやすく切る
3. 鍋に水と①②を入れ煮立て、やわらかくなったら、酒、みりん、しょうゆ、塩で味をつける

#### かぶとりんごの甘酢和え

1. 白かぶの皮を厚めにむき、食べやすく切って塩をふる
2. りんご1/2コを4等分して、皮をつけたまま横にスライスする
3. 上抱ちりめんは熱湯をかけておく
4. 柚の皮をうすくむいて千切り
5. ①の水分が出るので、やさしくしぼる
6. ②~⑤と甘酢を合わせてまぜ、柚の皮を上のにせる

慣れた手つきで、ごぼうをさがきにしていました。小学3年生とは思えないほど包丁の使い方がとても上手で、審査員の先生方もビックリでした！！



### 優秀賞 湯梨浜ぬくもる冬景色



湯梨浜町立東郷小学校  
3 年 川本円花 さん  
保護者 川本恵美 さん

とてもきれいな盛り付けに、参加者一同驚きです。献立名にあるように地元の食材をたくさん使った献立になっていました。



### 優秀賞 大山の恵み洋風朝ごはん



大山町立大山中学校  
2 年 坂田亜美 さん  
2 年 角田美春 さん

たいへん手際がよく、二人で協力しながら調理が行われていました。盛り付けも美しく、さすが中学生です！



### 優良賞 栄養バランス料理



大山町立名和小学校  
6 年 船田 奏 さん  
6 年 西村優月 さん

朝食にぴったりで、お米にあう献立になっていました。地元の食材を使い栄養たっぷりのメニューでした。



### 優良賞 野菜いっぱい鳥な菜



大山町立名和小学校  
6 年 佐々木陽菜 さん  
6 年 牧野 玲実 さん

インパクト抜群の献立名!! とっても素敵なネーミングです。調理から片づけまで、二人で協力して手際よく行っていました。



### 優良賞 とっとりてんこもりごはん



米子市立明道小学校  
3 年 坂本麻央 さん  
3 年 村上結衣 さん

全て鳥取県産の食材を使用した献立になっていました。忙しい朝でも手早くできるように工夫されていました。

