

第6回 枚方市学校給食コンテスト 入賞作品一覧 （校番順に記載しています）

【小学校の部】

優秀賞

学校・学年・名前	メニュー名	作品についてのアピール	講評
枚方小学校6年	みんなに食べてもらいたいタイ！ スパイシーガパオ～ンライス	弟の苦手な食材を入れてカレー味のガパオライスにしてみました。 夏野菜を使った色とりどりのガパオライスです。 とりひき肉に片くり粉を加えてジューシーにしました。野菜の切方もすべて均等にしました。	『愛情にあふれてるで賞』 弟を思うやさしい気持ちにあふれたガパオライスになっていますね。旬の野菜を理解して夏野菜に統一しているところやタイらしさたっぷりのネーミングから、みんなにおいしく、楽しく食べてもらいたいタイ気持ちが伝わってきます。 とりひき肉に片くり粉を加えてジューシーに仕上げているところも素晴らしいです。ナンプラーや仕上げのバジルで、本格的なタイ料理になりますね。
小倉小学校6年	夏野菜かきあげ ～カレー風味～	ゴーヤを甘みの強い食材と合わせることで苦みを軽減し食べやすくした。 苦みを消すために下ごしらえをした。	『夏野菜仲良しで賞』 天ぶらの衣にカレーパウダー・コンソメ・マヨネーズを入れることにより、しっかりと味付けになり、かき揚げ単品で食べてもおいしく食べられるように仕上がっています。ゴーヤのワタ取りと塩と砂糖による脱水の合わせ技で、苦みの除去もばっちりですね！ゴーヤと甘みの強い食材も相性ぴったり。パプリカなど色とりどりの野菜もはいているので見た目にも華やかです。
田口山小学校6年	苦手な野菜も華麗 ^{カレ=} に変身!! スーパーふりかけ	この料理はごはんに合うようにこい味に作ってあるのでごはんのお供としてごはんに乗せて食べてください！ きれいな食べ物が目立たないようにれんこんのしゃきしゃきとした食感を目立たせたのでおいしく食べてください！ 何度も味見してふりかけのこい味に近づくようにいろいろな調味料で野菜のいやな味がめだたないようにした。きれいに見えるよう色合いを工夫した。	『華麗に変身できるで賞』 素敵なおネーミングときれいな彩りで、食べる前からわくわくします！ ふだん食べているふりかけと違い食感にもこだわって、食べ応えのあるふりかけになっていますね。苦手食材もみじん切りにすることにより食べやすく、また見た目もかくれて知らない間にパクパクと食べることができるというアイデアが素晴らしいです。これぞスーパーふりかけ！

入賞

学校・学年・名前	メニュー名	作品についてのアピール	講評
開成小学校5年	笑顔あふれる冬野菜のあったかカレーほうとう	旬の野菜をたくさん入れカレーにも合うしょう油を入れ和風仕立てにしました。歯応えのあるほうとうでいつもと違う食感を楽しみ苦手な食材にも挑戦してみてください。 使っている野菜が根野菜でかたいのでやわらかいうどんではなくはごたえのあるほうとうにしてみました。	『笑顔あふれるで賞』 カレーと和風の組み合わせがとても良く、根菜の歯ごたえも考えて、ほうとうと合わせるというアイデアが素晴らしいですね。根野菜や、きのこ、秋から冬にかけておいしくなるかぼちゃをしっかりととることができ、体も心も温まって自然と笑顔になれそうです。寒い冬にみんなで食べたいメニューですね。
春日小学校5年	野菜のスパイシーかきあげ	みんな大好きなかきあげをカレー味にして苦手な食材も克服できる。 苦味のあるゴーヤの下しより。切ったゴーヤに塩とさとうを加えてまぜ10分ほど置いておく。	『ゴーヤが苦手でも大好きになるで賞』 ゴーヤの栄養価流失を最小限に防ぎ、苦みをとる下処理は素晴らしいです。コーンとえだまめの食感がアクセントとなり、苦手な食材も克服できそうですね。しめじが入ることで、ボリュームも出ています。大好きなかきあげをカレー味にしてあるので、より一層食欲もわきそうですね。
菅原小学校5年	野菜ぎらいもこれではっちりカレーラーメン	色どりと夏野菜をたくさん使った。かくし味をとりいれたくて牛乳を入れた。 自分の苦手な野菜をみじん切りにして小さくした。	『1品でパーフェクト、みんな大好きで賞』 ラーメンは野菜不足になりがちですが、たくさんの野菜と豚肉を使っているのでカレーラーメン1品で栄養バランスが整っています。さらに苦手食材を小さくして食べやすく入っているので気づかないうちに食べられますね。かくし味の牛乳でまろやかさもアップして食べやすく仕上がっていますね。トマトにもうまみ成分が含まれているので、スープに溶け込んでおいしそうです。
招提小学校5年	カレーししゃもサツパリ野菜のせ	いつもきゅうしょくででてくるししゃもは同じ味なのでカレー味にアレンジしてみました。やさいもカレー味なのでたべやすいです！ やさいもちいさく切って食べやすいようにしました。ししゃもにあじつけするときはビニールふくろに入れてふりました。	『アレンジ上手で賞』 よく出るししゃものレシピに一工夫することで、苦手な食べづらい人も食べてみようかなと感じてもらえる一品となっています。ししゃもを揚げ、衣と野菜の両方にカレー粉をつかっていることで、よりおいしく食べることができると思います。また、料理工程での工夫も素晴らしくビニール袋を使用することにより調味料をまんべんなくまぶし、ししゃもを手で触れて傷づけることなく仕上がりそうですね。
招提小学校6年	クリーミーなカレー春雨スープ	カレー味だけでなくバターや牛乳を入れてクリーミーな味付けにしました。春雨はヘルシーなのにお腹にたまるし食物繊維が多いのでお腹を整える効果もあるのでクリーミーなカレー味と春雨を合わせてみました。人参を星★型にして見映えをかわいらしく工夫した所です!!	『発想がキラリと光るで賞』 クリーミーなカレースープに春雨を組み合わせる発想が光りました。春雨の食物繊維は不溶性食物繊維という食物繊維で大腸を刺激し排便をスムーズにするという大切な働きをしてくれます。苦手食材のエリンギとスープの相性も良いですね。また人参を星にすることで心がうきうきする1品となっています。

学校・学年・名前	メニュー名	作品についてのアピール	講評
招提小学校6年	しゃきしゃき食べれておいしい ♪ドライカレー	セロリの他ににんじんとピーマンを入れたのは「彩」のためです!!! そして学校にカレーって色々なしゅるいがあるので面白味がなくなると思ったのでみんなあまり食べたことない(多分)ドライカレーをコンセプトに苦手な食材を克服できるカレー料理にしてみました。 工夫した点は「これセロリ入ってるの?うまっ」セロリのイメージを変えてもらうためにできるだけセロリの味をかくそうとみじん切にしたことです。そのおかげでシャキシャキしたしドライカレーならではのしょっかんです。それにカレー味なのでみんな食べれます!!がんばりましたおいしいです!!!♡♡♡	『苦手な人も食べれておいしいで賞』 子供の苦手な食材を調べるなど努力が感じられますね。セロリに特化した克服ドライカレーでコンセプトがしっかりしていますね。みじん切りにして気づかないようにして食べてもらっておいしいと感じてもらい、嫌いなイメージから好きになってもらうというストーリーが素敵です。見た目からも鮮やかに仕上げている点、食感を大事にしている点が素晴らしいです。
小倉小学校5年	タコライス風だけどイカス! トマトカレー	私が唯一食べられるトマト料理をもとにして作りました。タコライスを食べたことがない人でも食べれるように、キーマカレーにしました。タコライス感ができるようにケチャップやウスターソースを入れました。食感が出るようにキャベツはゆでてから太めの線切りにしました。	『ネーミングがイカス!で賞』 メニューのネーミングがユニークで楽しくわくわくしますね。タコライスを食べたことがない人にも食べやすいように考えたレシピは思いやりを感じます。食感も考え野菜の切り方もこだわった点などはおいしさを倍増させることでしょ。苦手なトマトを少しだけではなく、丸ごと1個使ったところも素晴らしい、トマト好きもトマト嫌いもおいしく食べられると思います。
小倉小学校6年	苦手でもパクパク食べられる!!カレー味のラタトゥイユ	克服したい苦手食材を多く取り入れ大好きなカレー味でみんなもいっぱい食べられるようにしました。 苦手な食材+好きな食材(ウインナー)を入れることで食べやすくしました。	『パクパク食べられるで賞』 ラタトゥイユにカレー味を加えるレシピが新鮮で、苦手野菜もパクパクたべられそうです。ご飯にもよく合いそうで、ちょっと違った南フランスを感じられそうです。夏野菜もふんだんに取り入れ、またウインナーも入っているのでバランスがよく、みんなが好きになる1品ではないでしょうか
小倉小学校6年	栄養満点カレー風味夏野菜 スープ	体に良い野菜を一気にたくさんとれるメニュー 翌日に煮詰まったスープをピザソースとして使った。	『1品で2度おいしいで賞』 野菜がたっぷり入り具沢山スープに仕上がっていてネーミング通り栄養満点ですね。残ったスープの使い道も考え1品から2度おいしい献立になっており、よく考えられた1品となっています。多めに作り、スープと共にピザと一緒に食べたいですね。
小倉小学校6年	ピリ辛!カレー麻婆茄子	夏の暑さに負けない様にピリ辛に。 なるべくアレルギーものを使っていないのもポイント! ピーマン、パプリカの苦みを消すためにマヨネーズをつかって苦みをやわらげたところ。	『夏の暑さに負けないで賞』 なるべくアレルギー食材を使わないという、誰もが食べれるようにと考えたレシピに愛を感じます。(そのコンセプトに沿って、使うマヨネーズはノンエッグのものが良いですね。)苦手な野菜の下処理にマヨネーズを使用し苦みを和らげる工夫も素晴らしく、野菜がコーティングされることにより一段と色味も鮮やかになっていると思います。オイスターソースやにんにくを使った味付けで、元気が出そうです!

学校・学年・名前	メニュー名	作品についてのアピール	講評
さだ西小学校5年	オリンピックカレー	オリンピックの五色で料理をつくりました。 いろどりを考えていろんな形に切る。	『感動・感激を再びで賞』 オリンピックの五色をカラフルな野菜で上手く表現できています。開催された時期の夏野菜がたっぷりで、このオリンピックカレーを食べるとオリンピックでの感動や感激がよみがえってきそうですね。最後の盛り付け時に上手く配色の位置を決めるとな一層オリンピック感がでそうですね。
さだ西小学校5年	ウマウマ!! サバのカレー あんぶっかけ	あんをかけることでテリがでておいしそうにみえる ごはんにかけてもおいしい。にんじんやピーマンでいろどりもいい。 サバのどくとくの魚くさをあんにつつまみんな大好きなあじにした。	『ウマウマ!!で賞』 カレーをあんにするアイデアは素晴らしく、ご飯と食べたいメニューですね。色の濃いにんじんやピーマンを使用することにより、カレーあんでも彩りもきれいでおいしそうで食べたくなる1品です。あんをかけることで、おいしさがアップするだけでなく、料理が冷めにくくなることも良いですね。
さだ西小学校5年	色どりゴロゴロカレーソテー	克服できる食材が多い。(しょっかんはどうしようもない) 家ででてくるカレー味の食べ物をアレンジ	『思いやりがつまっているで賞』 えだまめやとうもろこしの食感でピーマンや人参の食感がかき消され食べやすくなりますね。たくさんの苦手なものを同時に克服できるのが素晴らしいです。乳アレルギーの事も考えてメニューを作っている点に思いやりを感じます。ご飯だけでなくパンと合わせて食べる2通りの案があるのも素敵ですね。
さだ西小学校5年	元気100倍! 7種の具材のレインボーカレースープ	7種類(グリーンピース・にんじん・玉ネギ・じゃがいも・ウインナー・コーン・牛乳)の食材を使ってたくさんの種類を食べるようにしました。 辛いのが苦手な人でも食べれるように牛乳で味をまろやかにしました。	『元気100倍!カラフルで賞』 辛い味が苦手な人のことも考えるやさしさが素敵です。カレーに牛乳を入れることによりまろやかな味になり、コクも出ておいしさが倍増しますね。 「7種類の具材のレインボーカレースープ」という、どんな料理だろう?と想像力をかき立たせてくれるネーミングもとても素敵です。これぞ元気100倍!
西牧野小学校6年	スタミナ麻婆豆腐カレー	スタミナをつけてバテない体をつけるためにつくりました。 カレー味と麻婆のからさを両立するために調整した。	『スタミナアップで賞』 テンメンジャン・トウバンジャン・カレールーという調味料をうまくあわせているとおもいます。また色の違う2種類のパプリカとニラとで3色が表現されており、彩りよく見た目からも食欲がわき、楽しませてくれるメニューになっています。苦手な食材が豆腐である人も、野菜である人も、おいしく食べられそうです。ニラとにんにく、香辛料をたっぷり使い、しっかりとスタミナがつきそうですね。
船橋小学校6年	タコナイス	色とりどりの栄養にしました。 ナスビの風味をけすためにカレー粉とウスターソースでうすめ、食感をなくすためにみじん切りにしました。	『ナイス!!で賞』 なすびの食感だけでなく風味もなくす努力がナイス! じゃがいもやオクラ・キャベツなどのたくさんの野菜を入れる発想などもナイス! 色とりどりの野菜を使うことで見た目もナイス! メニューのネーミングもナイス!!
船橋小学校6年	夏野菜のカラフル炒め	料理がカラフルなところ。 ピーマンの苦みが少ないところ。 ピーマンを食べやすくするため1cm幅細切にした。	『色彩があざやかで賞』 野菜によって切り方を変えたことで、見た目と食べやすさが良くなっています。また下ごしらえでなすびを油で焼いたことで、香ばしくなるだけでなく、切り口の色を保ち皮の紫色を鮮やかとする効果や、ビタミンKの吸収力アップの効果にもつながっていて、とても良い工夫となっています。最後にごま油を入れて風味を出している点に食欲がそそります。

