締め切り：８月３１日（月）
担任の先生に

6年生の 令和8年度
私が考えた学校給食メニューコンクール
学校給食で、みんなに食べてもらいたい料理を考えてみよう!!

応募用紙

料理名	切干大根のサラダ

材料（５人分）	分量
切干大根	30g
きゅうり	200g(2本)
にんじん	60g
まぐろ油漬	70g
マヨネーズ	大さじ3
すりごま	大さじ1
塩・こしょう	

＜作り方＞
①切干大根を水で10分もどす。
②きゅうりを切干大根と同じ大きさに切る。塩を入れてもむ。
③にんじんもだいたい同じ大きさの短冊切りにする。
④お湯をわかして、切干大根とにんじんをいっしょに1分間ゆでる。ザルにあげて冷ましておく。
⑤きゅうりの水気をしぼる。
⑥ツナ缶はかるく油をきっておく。
⑦ボウルに材料を全部入れて、マヨネーズ、すりごま、塩こしょうで味をととのえて、できあがり。

使用した岐阜県産の食材
祖父母の切干大根

※入賞作品は、（公財）岐阜県学校給食会の広報誌やホームページに掲載します。

料理(一品）の写真



アピールポイント（例：料理を作った理由、調べたこと、伝えたいことなど）
毎年12月になると、祖母が切干大根を作っています。料理に合わせて、太めのものや細めのものに分けて作っているそうです。大根を、切って、干して、かんそうさせることで、長く保存でき、祖父の大根をいつでも食べることができます。この料理は、お盆休みにみんなが集まったとき、祖母が作ってくれました。切干大根は、カリカリと食感もよく、よくかんで食べるのであごの発達にもいいと思いました。

記入が終わったら応募用紙をもう一度見直してね！
ぜんぶ記入できているかチェックしよう！

氏名	市町村名	学校名	料理名	材料・分量	作り方	県産の食材	写真	アピールポイント
○	○	○	○	○	○	○	○	○