



## 第3回中学校給食メニューコンクールを 実施します！

横浜市教育委員会事務局では、中学校における食に関する指導及び中学校給食の推進を目指し、令和2年度から年に1回、中学校給食メニューコンクールを実施しています（令和2年度のみ「ハマ弁メニューコンクール」）。

このたび、第3回中学校給食メニューコンクールを実施します。メニューコンクールに取り組むことをとおして、学んだことが生活につながることを生徒が実感し、食生活への興味や関心を高めるとともに、生活を工夫し創造しようとする実践的な態度の育成を目指します。



横浜市食育マスコットキャラクター  
バランスイ〜ナちゃん

### 実施概要

対象	横浜市立中学校及び義務教育学校後期課程に在籍する生徒
実施方法	次の①②いずれかの方法で実施する。 ①技術・家庭科家庭分野における献立作成の題材で、中学校給食の献立を考える。 ②個人やグループ、委員会活動、部活動等で献立を考える。 ※各学校で校内選考の上、最大10点まで応募可
表彰	優秀賞10点を選考し、表彰する。 優秀賞以外の作品は、学校代表作品として賞状を授与する。
献立の採用	優秀賞10点のうち5点を、令和6年3月までの中学校給食の献立として採用する。 ※中学校給食として製造できるかの視点で5点採用する。
献立作成の条件 (一部抜粋)	①中学生が魅力を感じる工夫がされている献立であること。 ②家庭分野の教科書に示されている「食品群別摂取量の目安と食品の概量」を参考にし、1日にとることが望ましいとされている分量の約1/3量程度をとれる献立であること。 ③自らの生活の中から問題を見いだして課題を設定し、その解決を目指した献立であること。 ④主食・主菜・副菜・汁物のバランスを考え、彩りや匂いを考えたり、味付けや調理法を工夫したりすること。

# 令和3年度第2回中学校給食メニューコンクール優秀賞受賞作品

令和3年度は優秀賞10点を表彰し、そのうち5点を中学校給食のメニューとして提供しています。

## 令和3年度第2回中学校給食メニューコンクール優秀賞受賞献立レポート（一部抜粋）

### 1 私の献立のテーマ(私の課題をもとに)

暑さに負けず元気を出そう

### 2 テーマ(課題)設定の理由

食欲が落ちやすい夏に、夏バテを防止でたくさん食べて元気にスポーツや勉強に取り組みたいと思ったから。

### 3 盛付け図(主菜・副菜・汁物についてそれぞれの枠の中にイラストを描き、吹き出しの中に献立名を書く。)

<p>副菜 献立名 (3種類) カレーかぼちゃサラダ 梅春雨サラダ レモンゼリー</p>	<p>主菜 献立名 アジと野菜のソテー</p>	<p>汁物 献立名 みそミルクスープ</p>
--	-----------------------------	----------------------------

### 4 課題を解決するために工夫したところ

汗をかきやすいので味つけを濃い目にしたり、レモンや梅干しを使ってさっぱりさせたり、カレー粉で食欲をそそるようにしたり、夏野菜で体を冷やせやすくしたところ。

### 5 自分が取り入れた周りからのアドバイス(友達、家族、先生からアドバイスをもらったら書く)

乳製品や海藻、小魚などの2群が不足していたのでスープを変えた。また、フライだと少しこってりしてしまうのでソテーにした。

### 6 これからの食生活に生かしたいこと

季節に合わせて旬の食べものを食べたり、味つけを変えたりと、一汁三菜を基本としたバランスのよい食事をしていきたいと思った。

## 令和3年度第2回中学校給食メニューコンクール優秀賞受賞献立（令和4年7月12日提供予定）

- 鰯と野菜のソテー
- 梅春雨サラダ
- カレーかぼちゃサラダ
- みそミルクスープ
- ごはん
- レモンゼリー



### お問合せ先

教育委員会事務局健康教育・食育課担当課長 木村 直弘 Tel 045-671-4136



# 第3回 中学校給食メニューコンクール

## あなたの献立が、メニューとして提供される！？

### 中学校給食メニューコンクールってなに？

技術・家庭科家庭分野など食に関する学習を生かして、中学校給食のメニューを考えるコンクールです。各中学校代表作品を10点まで応募できます。優秀賞10点を選び、そのうち5点を中学校給食のメニューとして提供します。

※メニューの提供は、自校方式で給食を実施している西金沢学園後期課程及び緑園学園後期課程を除く

#### ●対象

横浜市立中学校及び義務教育学校後期課程に在籍する生徒

#### ●実施方法

- ①技術・家庭科家庭分野の授業で献立を作成し、校内選考の上応募する。
  - ②自主的に個人またはグループ(委員会・部活動可)で献立作成に取り組み、校内選考の上応募する。
- ※校内選考した献立を、1校につき10点まで応募できます。

#### ●表彰

- ①優秀賞を10点発表し、そのうち5点について、令和6年3月までの献立として採用し、メニューとして提供する。
- ②優秀賞及び入賞(優秀賞以外の全応募作品)に賞状を授与する。

#### ●応募方法

- ①担当の先生に応募様式をもらう。
- ②献立作成の条件(担当の先生にお尋ねください)に沿って献立を作成し、応募様式にあるレポート用紙に記入する。
- ③担当の先生に提出する。※提出後校内選考を実施します。

#### ●実施日程

- |                |  |
|----------------|--|
| ①令和4年7月1日(金)～  | 応募受付開始   |
| ②令和4年10月20日(木) | 応募締切(教育委員会事務局健康教育・食育課着)<br>※必ず在籍する中学校を通して応募してください。 |
| ③令和4年12月       | 審査結果発表・表彰  |
| ④令和6年3月までの間    | 優秀賞10点のうち5点を献立をメニューとして提供                           |



あなたの献立を  
みんなで食べよう！

