



令和7年度 教育委員会賞(小学生の部)



はるたけどん

☆☆受賞者のおすすめポイント☆☆

春巻き具をどんぶりのテーマにしています。春巻きと春たけのこをかけて、「はるたけどん」という名前にしました。食べる人が「これ、なんだろう!」と思ってくれたらうれしいです。栄養バランスも考えてつくりました。



地場産食材
たけのこ

※給食用に献立をアレンジしています。

【材料】(4人分)		【作り方】
ご飯	880g	① しょうが、たまねぎはみじん切りにし、にらは2cmに切る。たけのこは短冊切り、干しいたけはぬるま湯でもどし、せん切りにする。はるさめは、ゆで、水冷し、5cmに切る。 ② サラダ油を熱し、しょうが、豚ひき肉を炒め、あく、油をとる。 ③ たまねぎ、たけのこ、しいたけ、にらを入れ、炒める。 ④ Aで調味し、はるさめを入れ、炒める。 ⑤ 塩で味をととのえ、水溶き片栗粉を入れ、炒める。 ⑥ ごま油を入れ、混ぜる。 ※ 出来上がった具をご飯の上に乗せて食べます。
豚ひき肉	80g	
しょうが	少々	
サラダ油	小さじ1	
たまねぎ	80g	
たけのこ水煮	80g	
干しいたけ	2g	
にら	20g	
緑豆はるさめ	12g	
A 砂糖	小さじ2	
しょうゆ(うすくち)	小さじ2	
鶏がらスープのもと	小さじ1弱	
〈水溶き片栗粉〉		
片栗粉	小さじ1	
水	小さじ1	
ごま油	少々	
塩	少々	

【審査員のコメント】

春雨を使ったどんぶりが新しく、春巻きの具を工夫した点がよかったです。たけのこ、春雨、ひき肉のバランスがよく、ご飯に合いました。「はるたけどん」というネーミングのアイデアがよいです。