

あなたの考えたメニューがトマト給食になって登場!?

トマト給食コンテスト!!

目的：みんなが食べたいメニューをトマト給食に！

応募資格：東海市内の小中学校に通う児童・生徒

応募方法：裏面に必要事項を記載の上、先生に提出。

提出期限：2016年9月2日（金）

応募基準：トマトやトマトの加工品が使われていること。

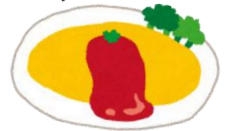
入賞商品：カゴメ商品詰め合わせ

審査方法：給食としての容易性、彩り、使用食材のバランス、
トマトの活用度等を総合的に判断致します。

コンテスト結果：2016年11月号で入賞レシピ発表

入賞レシピ：優秀賞はトマト給食として2017年1月・2月に登場します。

応募用紙：裏面



7月11日のトマトメニュー 「トマトゼリー入りアップルポンチ」



【材料】 4人分

★トマトゼリー

トマトジュース（無塩）	120cc	
アップルジュース	80cc	パイナップル缶
水	40g	もも缶
上白糖	15g	みかん缶
アガー	6g	アップルジュース

【作り方】

1. トマトゼリーを作る。鍋に上白糖とアガーを入れてよく混ぜ、かき混ぜながら水を入れて火にかける。トマトジュース、アップルジュースを加え、沸騰するまで混ぜながら加熱する。
2. 沸騰後バットに広げ、あら熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固める。
3. もも缶・パイナップル缶・みかん缶は汁気をきり、食べやすい大きさに切る。
4. 冷えたゼリーは、一口大に切り、用意しておいたフルーツとアップルジュースと和える。

夏にぴったりの手作りデザートです♪

学校名	学校	学年	年
名前			
料理名 <small>例 トマト入りマーボー豆腐</small>			
材料 (4人分) かじょう書き 記入例 豆腐……………300g 豚ひき肉……………100g 玉ねぎ……………150g にんじん……………40g ねぎ……………40g しょうが……………1片 にんにく……………1片 トマト缶(ダイス)60g トマトケチャップ…小さじ2 赤みそ……………大さじ1強 しょうゆ……………小さじ2 酒……………小さじ1 砂糖……………大さじ1 オイスターソース…小さじ1/2 中華だし……………小さじ1 豆板醤……………少々 ごま油……………少々 片栗粉……………大さじ1 サラダ油……………適量 水……………120cc	作り方 記入例 ①豆腐はさいの目切り、玉ねぎは薄切り、にんじんは千切り、ねぎは小口切り、しょうがとにんにくはみじん切りにする。 ②油を熱し、しょうが、にんにく、豆板醤を炒め、肉を入れてさらに炒める。 ③玉ねぎ、にんじんを加えて炒め、水、トマト、調味料を入れて混ぜ、豆腐を入れて火が通るまで煮る。 ④味をととのえたら、水とき片栗粉を入れてとろみをつけ、ねぎとごま油を加えて仕上げる。		
完成の写真 orイラスト			
アピール ポイント <small>例：野菜がたっぷりて美味しい！</small>			