

男性の食育料理コンテスト

普段の實力
をここで発揮

開催日：2011年10月16日（日曜日）
AM10時～PM1時

趣旨：道央青果協同組合は、札幌市食育推進計画に賛同し、「食育」の啓発、推進に取り組んでおります。その一環として、男性の「食育料理コンテスト」を実施します。規則正しく、栄養バランスの良い食事の習慣を身につけることで、健康の維持、増進を図ることにつながります。この機会に、是非オリジナルのレシピ作りに挑戦し、食育レシピとして発信しましょう。

道央青果協同組合 食育対策部

- 会場：札幌市中央卸売市場内 管理センター2階 調理実習室
・無料駐車場あり(要予約)
- 募集：札幌市内の成人男性(経験は問いません) 8名
- 応募期間：2011年9月1日(木)から9月30日(金) 当日消印有効
- 応募方法：裏面の応募用紙に記入し、写真を一枚添付の上、控えをとってから郵送してください。
- 応募用紙：札幌市内区民センター。道央青果協同組合。道央青果協同組合加盟の青果店。及び、札幌市のホームページから、応募用紙をダウンロードできます。
- 書類選考：10月5日(水曜日) 競技者には郵送をもってお知らせ致します。
※ 応募多数の場合は、審査基準により厳正な書類選考を行います。
※ 応募書類、写真は返却致しませんので、ご了承ください。尚、ご提供いただきました個人情報はこの度の「男性の食育料理コンテスト」の開催に関してのみ使用させていただきます。応募されたレシピ、写真は主催者に所属するものとし、新聞雑誌等に二次使用する場合がございします。
- 費用：無料 食材にかかる費用は全て主催者が負担致します。
お米、野菜、果物、調味料は主催者が用意。他は、競技者が当日持参。
その際、レシート等で内容、金額を確認しお支払致します。
- 競技者には、当日傷害保険をお掛け致します。

= 2011年 男性の食育料理コンテスト応募用紙 = =9月30日まで=

ふりがな 氏名	ご住所 〒	
電話番号 011()	携帯番号	E-MAIL アドレス(お持ちの方)
職業としての調理経験 ある ・ ない	左記で、あるとお答えの方にお聞きます。 お勤めの年数を教えてください。 _____ 年	

◆ 応募の動機：

◆ 献立のテーマ：

◆ 作り方の特徴：

調理した写真を添付



▼ 料理名 ▼ (レシピ本やどさんこ食事バランスが参考になります)			
汁物	主菜	副菜	副菜
例:〇〇味噌汁	例:秋刀魚の塩焼き	例:ひじきの煮物	例:野菜炒め
▼ 調理ごとの材料 ▼			
▼ 調理手順 ▼ △時間内に可能か一度作ってみましょう△			

コピー可

【競技内容】

➤ レシピ:「一汁三菜」
栄養バランスを考えた内容
※旬の野菜と魚を使った料理を各一品入れる。

➤ 調理時間: 開始から盛り付け片づけ迄 **90分**
全ての料理を **3人分** 作る。
(審査用 1・試食用 2)

➤ 食材費の目安: **一人分 500円以内**
(@500×3人分=1500円) とする。
但し、お米代、調味料代は含めない。

➤ 調理器具、盛り付け器等は、市場調理実習室にある器具を使う。

➤ 事前に調理の下準備をして持参する事はできません。

【各賞】

■ 優勝 1名

■ 準優勝 1名

■ 理事長賞 1名

■ 市場長賞 1名

■ 参加賞 4名

入賞者には、旬の野菜果物詰め合わせ、お米、料理本等、豪華景品を用意しております。

【審査内容】

➤ **書類審査**

1. 栄養バランスがとれているか。

2. テーマに合った内容か。

3. 時間内に作れるか。

4. 調理手順が丁寧に書かれているか。

➤ **コンテスト審査**

2. 調理をするための、服装であるか。

3. 食材の調理に無駄がないか。

4. 時間内にできたか。

5. 盛り付けの配置が正しくできているか。

6. 後片付けができているか。

※ **各項目 10点満点の合計点で競います。**

【審査員】

➤ 審査委員長: 社団法人北海道栄養士会

➤ 副審査委員長: 道央青果協同組合

審査委員: 札幌市中央卸売市場

// 魚食普及委員会委員

// 野菜ソムリエ、農経新聞ライター

食育推進委員長

理事長

市場長

道央水産商業協同組合

副理事長

山際睦子

竹田良男

石川敏也

多田健三

小川由美

【申し込み・問い合わせ先】

道央青果協同組合 担当 土屋 ☎011-611-8755

(日曜日・祝日・水曜日を除く) AM10時~PM3時

●郵送先: 〒060-0012

札幌市中央区北 12 条西 20 丁目 2 番 2 号

札幌市中央卸売市場内

道央青果協同組合

「男性の食育料理コンテスト」係 宛て

各賞に入選されたレシピは、札幌市食育レシピとして、道央青果協同組合加盟青果店の店頭および、札幌市のホームページに掲載されます。