

宮っ子オリジナル朝食メニュー応募票 中学校の部

学 校 名	富 士 宮 市 立 富 士 宮 第 四 中 学 校				
(ふりがな) 氏 名		学 年	年 組	性 別	
料理の名前	ご飯にあうおかず ・ パンにあうおかず				
使用する材料と分量(1人分)			時間 (分)	調理の手順(作り方)	レンジ オープン
群	材料	分量			
			合計 () 分	電子レンジ (使用する 使用しない) オーブントースター (使用する 使用しない)	
料理のピーアール(紹介) ・ 工夫したところ 作り方・材料・栄養 ・ 自まんでできるところ ・ 地元の食材など ※自由に書いてください。					

※電子レンジやオーブントースターを使う人は、手順のところに書き入れ、【レンジ・オープン】の欄に色を付けてください。

※時間の欄は、それぞれの手順にかかる時間を記入してください。

※文字はこい鉛筆等で、はっきりと書いてください。

※料理の写真は、この下へはってください。