

## 平成 30 年度子どもの料理コンクール実施要領

### 『野菜たっぷりヘルシーランチ』

#### ～主食、主菜、副菜のそろった減塩メニュー～

#### 1 目的

子どもたちが、豊かな人間性をはぐくみ、生涯にわたり健康で生き生きと暮らすためには「食」が重要である。そこで子どもたちに正しい知識と食べ物を選択する力を習得させ、健全な食生活を実践することができるよう、地域ぐるみで支援するため「子どもの料理コンクール」を実施する。

#### 2 主催

栃木県食生活改善推進員協議会・栃木県

#### 3 後援

(株)下野新聞社、(株)とちぎテレビ、(株)栃木放送、(株)エフエム栃木、  
(公社)栃木県栄養士会、学校法人須賀学園宇都宮短期大学附属高等学校

#### 4 応募資格

栃木県内に居住する小学校4・5・6年生で2次審査会(9月1日(土))に参加できる方  
個人又は2人組での応募とし、2人組の場合1人は小学1・2・3年生でも可

#### 5 募集期間

平成30(2018)年5月7日(月)～7月20日(金)

#### 6 テーマ

(1) テーマ:「野菜たっぷりヘルシーランチ」  
～主食、主菜、副菜のそろった減塩メニュー～

#### (2) 募集基準

- ①主食、主菜、副菜をそろえる。(野菜を多く使用する。120g程度)
- ②減塩を心がけた献立とする。
- ③1時間以内で作れる献立とする。  
(白飯の炊飯時間は除く。)
- ④使用する食材は、一般に購入できるものとする。

#### 7 応募方法

別紙様式「子どもの料理コンクール応募用紙」により応募する。

\*写真の添付は必須とし、必ず「子どもの料理コンクール写真台紙」に写真を貼り付けて提出すること。

#### 8 応募先

応募する者は、市町食生活改善推進員協議会に応募用紙を提出する。

市町食生活改善推進員協議会(宇都宮市は除く)は、応募用紙をとりまとめ、広域健康福祉センター内地区食生活改善推進員協議会宛て提出する。

## 9 審査

### (1) 1次審査

広域健康福祉センター内地区食生活改善推進員協議会及び宇都宮市食生活改善推進員協議会において、審査基準に基づき別紙1により審査し、優秀作品（各地区1点）を決定する。

決定結果については別紙2、3及び優秀作品の応募用紙により8月10日（金）までに、レシピ集用原稿を別紙4により8月15日（水）までに、栃木県食生活改善推進員協議会宛て報告する。

ただし、各地区の応募総数が21以上になった場合は、県協議会と協議の上、優秀作品数を調整することができる。

審査員については、各地区協議会において決定する。

栃木県食生活改善推進員協議会において、1次審査における優秀作品を対象に2次審査会を実施する。

### (2) 2次審査

①日時 平成30（2018）年9月1日（土）

②会場 学校法人須賀学園 宇都宮短期大学附属高等学校 調理室他

③2次審査対象者には後日別途通知する。

④2次審査会は、1次審査優秀作品作成者が実際に料理を作り、審査員が審査する。

⑤2次審査会会場で全ての調理を行う。（下処理、計量含む。）

⑥その他の事項については、別に定める平成30年度子どもの料理コンクール2次審査会実施要領に基づき実施する。

## 10 審査基準

(1) 栄養バランス等・・・栄養バランスが考慮されていること。

(2) 野菜たっぷり・・・野菜が120g程度入っていること。

(3) 塩分控えめ・・・減塩を心がけた献立とする。

(4) 手軽さ、日常性・・・概ね1時間程度で作れる献立で、一般的な食材を使用していること。  
（白飯の炊飯時間は除く。）

(5) アイディア性・・・創意工夫されていること。

\*2次審査会においては、味付け・調理手順・技術・盛付けについても審査する。

## 11 その他

(1) 今回の応募作品（写真、レシピ）については、栃木県に帰属し、原則として返却は行わない。

(2) 入賞作品は、レシピ集や健康長寿とちぎWEBにて公表し、広く県民に普及する。  
（2次審査会の料理、参加者の写真を使用）

(3) 著作権法上許容されない可能性があるため、著名なキャラクターを用いないこと。