

記載例

食と農をつなぐ朝ごはんコンテスト 2025

申請日 令和7年 7月 1日

1 募集情報

フリガナ	キョウノウダイガクシヨクイクコンビ	
チーム名	京農大学食育コンビ	
フリガナ	学校名・学部・学科・学年等	キョウト タロウ
構成員1（代表者）	京農大学 農学部 栄養学科 3回生	氏名 京都 太郎
フリガナ	学校名・学部・学科・学年等	ノウリン ハナコ
構成員2	京農大学 農学部 栄養学科 3回生	氏名 農林 花子
代表者連絡先 （担当教員推奨）	e-mail	999@xxx.jp
	TEL	(〇〇〇)-x x x-1234

2 調理用品

使用した調理用品の名称	ガスコンロ、グリル、ざる、鍋、包丁、まな板、しゃもじ、銀皿、お椀
-------------	----------------------------------

3 実演参加の可・否

令和8年1月17日（土） 参加の可・否	可
------------------------	---

4 留意点

- ※ 1チームにつき、1作品のみ応募可です。
また、1学生が他チームにおいて重複して応募することは不可です。
- ※ 募集要領の注意事項をご確認願います。
- ※ 書類が不十分な場合はお問合せします。なお、連絡が取れない場合は審査対象外とします。
- ※ メールアドレス及び電話番号については、確実に連絡が取れる連絡先を記載してください。

5 提出前チェックシート

提出前に再度確認し、プルダウンより「OK」を選択してください。

1 作品名を記載しましたか。	OK
2 学校名、チーム名を記載しましたか。	OK
3 コンセプト、食材選びや調理で工夫したこと、作成時間を記載しましたか。 作成時間には、下ごしらえ、炊飯及び片づけ時間を含んで60分以内ですか。米の浸水時間は除いていますか。	OK
4 近畿の食材を記載し、その中で、記載例のとおり、近畿の有機農産物等には◎をつけましたか。	OK
5 作品の写真と有機農産物等の写真を添付しましたか。	OK
6 作り方にガスコンロ（グリル含む）を使用していることを記載しましたか。	OK
7 その他、空欄による記載漏れ等がないか、見直しされましたか。	OK
8 代表者連絡先のe-mailアドレスは正しいですか。事務局からの連絡は受信可能となっていますか。	OK
9 先生方にチェックしてもらいましたか。 （無理な場合は、チーム外の方のチェックをお願いします。）	OK

<ご注意願います>

募集要領に記載のとおり、必要事項が記載されているレシピが書面審査の前提となります。

ご提出いただく前に、**今一度、募集要領で定める条件を充足しているか、記載漏れがないか等を十分なチェックをお願いします。**

それでもなお、事務局で確認させていただき、不十分な場合は、お問合せさせていただき、必要に応じて修正いただきます。その上で、レシピをホームページに掲載します。

この場合、**修正の程度等を審査委員にお知らせしますので、ご注意願います。**

記載例

グリルで簡単！ 継続できる朝ごはん

所要時間
40分

コンセプト（200文字以内）

行程が少ないため、忙しい朝でも簡単に作れることができ、栄養・ボリューム満点の朝ごはんです。

作品の写真（おむすび2個及び一品料理）



料理名	照り焼きチキンおむすび	
材料（2人分）	分量	作り方
・米 ・鶏もも肉 - A ・醤油 ・酒 ・みりん	1合 150g 大1 大1 大1	①米を研ぎ、30分ほど浸水させた後、鍋に入れてガスコンロで炊く。 ②ビニール袋に鶏もも肉とAを入れて揉みこみ、20分ほど漬けておく。 ③グリルにアルミホイルを敷き、②の鶏肉を置き、余ったタレを入れて、10分焼く。 ④③でできた鶏肉を1.5cm角に切り、炊きあがったご飯に混ぜておむすびを作る。

料理名	簡単グラタン	
材料（2人分）	分量	作り方
・牛乳 ・バター ・小麦粉 ・しゃけフレーク ・ほうれん草 ・玉ねぎ（小） ・パン粉	100CC 小1 大1 小1 30g 1/2個 少々	①ほうれん草をしっかりと洗い、お湯で下茹でし、4cmの長さに切る。 ②玉ねぎを薄切りにする。 ③鍋にバターと①②を入れて、ガスコンロを使用して、炒める。 ④弱火にして、③に小麦粉と牛乳を鍋に入れ、炒める。 ⑤④にしゃけフレークを加えて混ぜる。 ⑥⑤を銀皿に入れて、パン粉を振って、グリルで5分焼く。

備考	（出汁を取った後の鰹節でふりかけを作るなど、もう1品ある時に記載ください。）
----	--

近畿の食材（◎は近畿の有機農産物等）

◎ほうれん草（奈良産）、◎玉ねぎ（京都産）

有機農産物等の写真（使用した食材が分かる写真）



食材選びや調理上で工夫したこと（200文字以内）

冷蔵庫に常備しているしゃけフレークと手軽に手に入る野菜を選びました。グリルを使用して鶏肉を焼くことで、短時間で調理することができました。また、表面はパリッと香ばしく、中は柔らかく焼きあげることができました。

大学名	京農大学
チーム名	京農大学食育コンビ