

かながわ学校給食 夢コンテスト

きゅうしょく こんだて ほしゅう

給食の献立を募集します！

学校の献立

対象：公立の小学校、中学校、義務教育学校、特別支援学校及び共同調理場
内容：各校の人気献立や自慢の献立
 ※ 既に提供している献立を一食分
 ※ 地場産物（県産食材）を使用した献立とすること



夢の献立

部門	内容
小学校低学年 (1～3年生)	みんながビックリ、ワクワクするような給食メニュー（1品）
小学校高学年 (4～6年生)	給食にあったらうれしいメニューを実際に調理した1品
中学校	学校で学んだことを活かして、実際に調理した献立1食分
特別支援学校	みんながビックリ、ワクワクするような給食メニュー（1品） または 給食にあったらうれしいメニューを実際に調理した1品



学校内の応募しめきり： 令和6年 月 日（ ）

かながわ学校給食夢コンテスト

応募メニューが多数になりました！

今年度も、受賞メニュー等を参考にしてお惣菜を県内のスーパーで販売する予定だよ！



主催：神奈川県教育委員会
 共催：神奈川県学校栄養士協議会
 公益財団法人神奈川県学校給食会
 神奈川県農業協同中央会
 カゴメ(株)
 後援：公立大学法人神奈川県保健福祉大学
 神奈川新聞社
 協賛：味の素(株)川崎事業所
 神奈川東部ヤクルト販売(株)
 神奈川中央ヤクルト販売(株)
 小田原ヤクルト(株)
 厚木ヤクルト販売(株)
 湘南ヤクルト販売(株)
 富士シティオ(株)



令和6年度かながわ学校給食夢コンテスト

※裏面に注意事項の記載があります。必ずご確認ください。

「夢の献立」応募用紙（小学校・特別支援学校・義務教育学校前期）

学校名（がっこうめい） 横浜市立	学年（がくねん） 学校 年	ふりがな 名前
---------------------	------------------	------------

さくひんめい 作品名	
ざいりょうめい <材料名>	しやしん または え <写真または絵 ※うら 面を見てね>
つか しょくざいすう 使った食材数 ちょうみりょう のぞ （調味料は除く）	つ
こんだて <献立のとくちょうや工夫したことを書きましょう。>	
こんだて かんがひ かんそう <献立を考えてみた感想を書きましょう>	

学校内提出〆切 月 日()

小学校	(★低・高)							
教育委員会使用欄								
食材の 組み合わせ	★見た目の 色どり	★写真 または絵	★献立の特徴 や工夫	★献立作成の 感想	★献立への 想い	★アイデア 独創性	地場産物 の活用	計
1・3・5	1・3・5	1・3	1・3・5	1・3・5	1・3・5	1・3・5	1・3・5	

第22回

はま菜ちゃん料理コンクール



ことし 今年のテーマ食材は「コマツナ」



- ・コマツナを使って、給食で食べたいおいしい料理を作ってみよう！
 - ・市内のコマツナの生産量は全国でもトップレベル！
- 市内産のコマツナをスーパーや直売所で探してみよう！

応募方法

- ・応募用紙にレシピを書いて、夏休み明けに、学校の先生に渡してください。

応募のポイント

- ・コマツナを必ず使ってください。市内で作られているほかの野菜もたくさん使おう！
- ・給食のメニューのレシピなので、加熱しているレシピにしてください。

参加賞

- ・応募してくれた小学生の皆さん全員に参加賞をプレゼントします！
- ・さらに6つの入賞作品の考案者には賞状と賞品を贈ります。

注意事項

- ・必ず個人で応募してください。家族や友人と連名での応募はできません。
- ・入賞作品は横浜市のホームページで紹介し、レシピ集を作る予定です。

《はま菜ちゃんとは》

市内産の野菜や果物などのPRキャラクターです。

《市内産の野菜の例》

じゃがいも、さつまいも、さといも、だいこん、かぶ、にんじん、はくさい、ねぎ、たまねぎ
こまつな、ほうれんそう、しゅんぎく、レタス、カリフラワー、ブロッコリー、
きゅうり、なす、トマト、いんげん、えだまめ、とうもろこし など…たくさんあるよ！

料理コンクールに関する情報はインターネットからも見ることができます。

はま菜ちゃん料理コンクール 検索



応募の注意！ かならず読んでね！

- 応募は1人1作品までだよ！
- 実際に作った料理の写真や絵を用意してね！
インターネットなどで見つけた、他の人のものを使わないようにね！
- 写真や絵、コメントが、応募用紙の枠からはみ出たり、
重ねて貼ったりしないように気を付けてね！
みんなの応募用紙は、パソコンで処理するよ！
枠からはみ出ている、重なっていると、うまくパソコンに取り込めないんだ。
頑張ったところは、ぜひコメント欄で教えてね！
- 送ってもらった写真や絵は、返すことができないから、
大切なものを使わないように気を付けてね！
- 一度応募した作品の取り下げはできないよ。
- 受賞した作品は、ホームページなどで公開される他、
作品を参考に作ったお惣菜がお店で売られることもあるよ！
受賞したひとには、改めて名前などを公表していいか確認するね！

おもしろくて、
おいしい作品を待ってるよ～！！

食べてまなぶ
たべちゃん



作ってまなぶ
さっくん



第22回 はま菜ちゃん料理コンクール 応募用紙(おもて)

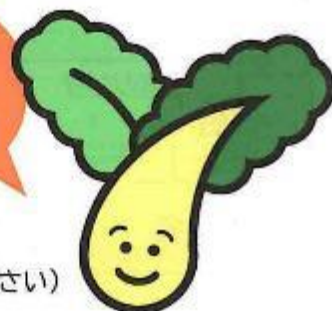
学校 No	受付番号

※主催者が使用する欄です。
記載しないでください。

料理名	ふりがな		
氏名	ふりがな	調理時間 (目安)	分
学校名	区	小学校	年
			組

応募にあたってのお願い

文字はえんぴつや
ペンで濃く、
はっきり書いてね！



- 今年のテーマ食材は「コマツナ」です。
- 作品の**写真は横長**で撮影してください。
- 応募用紙のスペースが不足する場合は**A4サイズ**で別紙に記載してください。
(それ以外のサイズのふせんやメモ用紙などは審査に影響が出るため、避けてください)
- 必ず**個人**で応募してください。家族や友人と連名での応募はできません。
- 書類審査により選ばれたレシピは
学校名・学年・氏名・レシピ名・レシピ詳細を市HPで公表するとともに、
レシピ集の作成を行いますのでご了承ください。
- おもて面と写真の裏以外に氏名などの個人情報を記載しないでください。
- この応募用紙は、所属する小学校が指定する期限内に、小学校へ提出してください。
(原則、応募者による郵送やEメールでの直接のご提出は受け付けておりません。)



【横浜市 HP】



二次元バーコード(左図)が読み取れない場合は、
インターネットで「はま菜ちゃん料理コンクール」と検索してください。

作品については、**うら**に記入してください。



第22回 はま菜ちゃん料理コンクール 応募用紙(うら)

学校 No	受付番号

※主催者が使用する欄です、
記載しないでください。

写真

この欄に 写真を貼ってください

- ・貼り付ける「**写真の裏に名前**」を書いてください。はがれてしまうことがあります。
- ・サイズはL版 89×127 mm 程度(横長)を目安に、**枠におさまるよう**に写真を貼ってください。
- ・用紙がたりない場合は、**A4サイズ**の別の紙に書いてください。
- ・文字は鉛筆やペン等を使用し、**濃くはっきり**書いてください。
- ・原則、応募者自身が記入してください。

料理名	ふりがな	調理時間 (目安)	分
材料名	分量 (4人分)	作り方	

セールスポイント(料理のとくちょう、工夫した点などを書いてください。)



第10回横浜の子どもが作る

弁当コンクール!

は空はくだい だん
花博第2弾!



2027年に瀬谷区上瀬谷で開催される
GREEN×EXPO 2027 (国際園芸博覧会)
を今年もお弁当コンクールでもっともりあ
げましょう。

世界中から訪れる人たちに、あなたの
考えるお弁当を発信しましょう!

3 審査

一次審査(書類審査) 2024年 9月28日(土)
二次に進む作品は10月中旬までに所属校へ連絡
二次審査(質疑応答) 2024年11月 2日(土)
ONLINE 配信を予定 入賞及び入選作品の決定



1 応募資格

横浜市に在住または在学の小中学生と特別
支援学校の児童生徒【注】応募は1人1作品
グループでの参加は不可

2 応募方法

応募用紙に必要事項を記入し、弁当箱に詰め
た写真1枚(Lサイズ版程度の大きさ写真の
裏面に学校名と氏名を記入)を貼付し、郵送
で応募してください

【注】横浜市環境創造局が主催する「はま菜ち
ゃん料理コンクール」とは別です
応募用紙・応募先など確認してね!

4 募集テーマ

作るうれしさ 食べる笑顔 GREEN×EXPO 2027 とともに!

サブテーマ

横浜の地場産物を取り入れた「私の花博弁当」を日本から発信しよう~

5 募集期間 2024年6月~ 9月5日(木) 当日消印有効



6 送付先住所

(問い合わせ)



QRコード
横浜の子どもが作
る弁当コンクール

〒246-0011 横浜市瀬谷区東野台16番地5

一般社団法人横浜すばいす 横浜の子どもが作る弁当コンクール応募係

FAX 045-304-1414 E-mail bento@y-spice.com

◎応募用紙及び花博および地場産物に関する参考資料

◎学校から応募する場合は、応募者数を確認するため名簿の添付をお願いします

◎の関係データは、HP及びQRコードよりダウンロード可

※ご記入いただいた個人情報は、弁当コンクール以外には使用しません

※応募用紙は1月に、参加賞&報告書と一緒に所属校へ返却予定

主催：(一社)横浜すばいす 共催：(公財)よこはまユース

後援：横浜市教育委員会・(公社)2027年国際園芸博覧会協会・市立小学校長会・市立中学校長会

市立特別支援学校長会・市PTA連絡協議会・JA横浜・(公財)よこはま学校食育財団

横浜マリノス株式会社・株式会社崎陽軒・株式会社池商・(一財)市安全教育振興会 に申請中

協力：ユカナガシマクッキングサロン



応募について

- 募集内容**：学校給食で食べてみたい「コマツナ」を使ったメニューのオリジナルレシピ
- 対象**：市内在住の小学生（個人）
- 応募期限**：夏休み終了後、所属する学校が指定する期日
- 応募方法**：必要事項を応募用紙（A4両面）に記入し、料理の写真を応募用紙に貼付して、必ず所属する学校に提出してください。
※原則、応募者による郵送やEメールでの直接のご提出は受け付けておりません。
所属が市立小学校ではない場合は、下記の間合せ先にご連絡ください。
- 審査**：書類選考を行い、6点を11月頃に選出します。
- 入賞作品**：入賞したレシピは横浜市ホームページで公表するとともに、レシピ集を制作します。
公表項目は学校名、学年、氏名、レシピ名、レシピ詳細です。
また、入賞者には賞状と賞品が贈呈される予定です。
※副賞として、横浜市庁舎2階の地産地消レストラン「TSUBAKI 食堂」において、入賞6作品を基にしたアレンジメニューが提供される可能性があります。
- 参加賞**：作品を応募していただいた小学生全員に、オリジナルグッズをプレゼントします。
- 個人情報の取扱いについて**
応募用紙等にご記入いただいた個人情報は、当コンクールに関する目的以外には利用いたしません。

注意事項（必ずお読みください）

- **レシピについて**
 - ・給食のメニューを前提としているため、衛生管理上、加熱していないメニューは審査対象外となります。（例：生野菜のサラダ、浅漬けなど）
- **写真について**
 - ・試作した料理の鮮明な写真をお願いします。
 - ・サイズはL版 89×127 mm 程度で、応募用紙の枠内におさまるようにしてください。
 - ・写真の裏面に氏名を記入してから貼り付けてください。
- **応募用紙について**
 - ・応募用紙は必ずA4サイズで提出してください。それ以外のサイズのメモ帳、ふせん等は使用しないでください。
 - ・必ず個人で応募してください。ご家族・ご友人など複数名での連名による応募はできません。
 - ・応募用紙の表面及び写真の裏面以外に氏名・学校名などの個人情報を記載しないでください。
- **その他**
 - ・お送りいただいた応募用紙等は返却いたしません。

※上記の注意事項が守られていない場合は、審査対象外となります。

問合せ先

〒231-0005 横浜市中区本町6丁目50番地の10

横浜市みどり環境局農業振興課

はま菜ちゃん料理コンクール担当

電話：045-671-2639 FAX：045-664-4425

E-mail: mk-hamanacook@city.yokohama.lg.jp

主催：横浜市みどり環境局

後援：横浜市教育委員会、

公益財団法人よこはま学校食育財団

協賛：横浜農業協同組合、TSUBAKI 食堂



横浜みどりアップ計画

テーマ **作るうれしさ 食べる笑顔 GREEN×EXPO 2027 とともに!**
 よこはま じばさんぶつ と い わたし はなはくべんとう にほん ほっしん
 ~横浜の地場産物を取り入れた「私の花博弁当」を日本から発信しよう~

グリーン エクスポ **GREEN×EXPO 2027** って、世界からいろいろな国の人がい
 いらっしやるらしいよ! 日本の食文化(日本の食材や料理法
 味など)をお弁当で伝えたいなあ~いつも食べている給食
 も紹介してみようかな? いろいろ想像してみようっと~



いっしょに食べたい人や
 私の好きなものもお弁当に
 入れてみたいな!

横浜すばいす弁当作りキャラクター

にこーナちゃん



栄養や量も考えなくちゃ...

横浜の地場産物(野菜・くだもの・肉・米
 など)の何を使って作ろうかな?

横浜すばいすでは、2027年に横浜市上瀬谷で開催予定(3月~9月)の
GREEN×EXPO 2027 (国際国芸博覧会) をもっと応援したいと考え、今年も
 第2弾のテーマを決めました。博覧会なので世界中の人が観賞にくることを想像
 して、横浜の農畜産物(野菜・くだもの・肉・米など)を使った「私の花博弁当」を
 横浜からアピールしてみませんか!



お肉や牛乳も
 おいしいよ

横浜の生産者の人たちは「みなさんに安全で
 おいしいものを食べてもらいたい」と頑張っています。

横浜で作られた農畜産物は横浜の地場産物といい
 特に季節のものはおいしくて栄養があります。

家族が庭で作っている
 野菜も地場産物だよ!!

地場産物を食べて消費することを地産地消といい
 輸送にかかる燃料や二酸化炭素の排出量を減らす
 ことができ、SDGsの取組としても注目されています。



※横浜市では「横浜農場」という言葉やロゴで広くPRしています。



お弁当 何をどう表現したらよいのかな？

ステップ 1

どんな時の、誰のための
お弁当を作るのか？

毎日のお弁当・遠足・運
動会・花見弁当？

成長期の自分？兄弟姉
妹親や祖父母・友人？…
その人はどんな料理や味
が好きだろうか？

ステップ 2

食べる人に合った栄養
のバランスを考えよう

お弁当の量は、年齢や
活動量により決まるよ！

参考・三色食品群
・五大栄養素
・六つの基礎食品群
・まごは(わ)やさしい

ステップ 3

衛生面は大丈夫？

お弁当は、時間がたっ
てから食べるので、加熱
処理は大切です

冷ましてつめる、暑い
日は保冷を考えるなど
の工夫も必要だね！

ステップ 4

地場産物の利用

「旬」の食材の活用や
「命」をいただくことから
食品ロスを考えて SDGs
に取り組みたいね！

主食:主菜:副菜の容量めやす=3:1:2

神奈川県産の食材がたくさん入っている弁当

主食は 3/6 スペース

♥ セロリの葉とちりめん
じゃこの混ぜご飯



主菜は 1/6 スペース

♥ ひじき入りハンバーグ
♥ 塩昆布入り卵焼き
♥ かまぼこ

副菜は 2/6 スペース

♥ かぼちゃだんご
♥ ささげ豆の白ごまあえ
♥ アスパラガスのベーコン巻き
♥ ミニトマト・梅干し

上の宮中学校 2年 近藤里美さんのお弁当から学ぼう！

栄養のバランスをよくするために六つの食品群を考えながら、
豚肉・トマト・かまぼこ・じゃこなど神奈川県内産の食材をたくさ
ん使用したそうです。海藻類もしっかり使ったそうですが、きのこ
類も加えたらもっと栄養のバランスがよくなると思ったそうです。
食材が豊かで、免疫力もつきそうですね！

主食

♥ おいなり
ゆでた小松菜でいな
りをまいて、花形にん
じんをのせる！



カラフルお花弁当

主菜

♥ オクラの肉まき
♥ サケの塩こうじ焼き
♥ ハートの卵焼き
♥ お花のハム

東山田小学校 6年 松本風紗さんのお弁当から学ぼう！

栄養のバランスをよくするために五大栄養素をとり入れ、地場産
物はオクラ・枝豆・やまゆりポーク・小松菜などを使用したそう
です。枝豆とオクラ、ブロッコリーと小松菜などのゆでる作業を最初
にまとめて、レンジで加熱をするものに分けたりと時短の工夫も
考えたそうです。晴れの日にはふさわしいお弁当になりましたね！

副菜

♥ ブロッコリーとじゃが
いものマヨカレーあえ
♥ 枝豆・ミニトマト

2023 年度受賞者作品より掲載
横浜すばいす HP からも過去レシピをチェックできるよ！



第10回横浜の子どもが作る弁当コンクール応募用紙 (おもて)

募集テーマ：作るうれしさ 食べる笑顔 GREEN×EXPO 2027 とともに！

♡ 横浜の地場産物を取り入れた「私の花博弁当」を日本から発信しよう！

フリガナ	氏名	学校名	校種 (○をつける)	学年	組
応募者の			小学校・中学校		
			特支 (小・中・高)		

提出する前に作成条件を

① GREEN×EXPO 2027 (国際園芸博覧会) を想像して、献立を考えた

② 使った地場産物 食材名 (例 トマト)

③ 食材はすべて加熱し (加熱が原則)、自分一人で60分以内で作ることができる

④ この応募用紙に記入し、できあがった弁当の写真をつけた

連絡先 (TEL)

弁当名

献立名	主食	主菜	調理時間
			めやす
	副菜 ①	副菜 ②	その他

この弁当を作った理由や工夫点などを書きましょう	審査員から
	応募してくれて、ありがとう！

写真貼付欄 (写真をのり付けする場合は、かならず裏面に学校名と氏名を記入してください)

※弁当箱につめたら料理が分かりやすいように、ま上からとった写真をこのスペースにはりつけましょう。



うらの作り方も
かならず記入してね！



QRコードで用紙を確認できます

