

Blank area for the recipe instructions.

[Large empty rectangular box for drawing or writing]

都道府県名 _____ 学校名(ふりがな) _____ 立 _____ () 中学校

チーム名(ふり仮名) _____ ()
(ふりがな)

氏名(リーダー) _____ (リーダー) _____
()

レポート作成上の注意点

(レポートをダウンロードする際、色用紙に印刷しないでください)

レポート用紙・材料表 は、千葉県教育研究会技術・家庭科研究部会 HP より ダウンロードし、使用する。

- ① レポート用紙の記入例及び、実施要項に記載されている記入等の注意をよく読み、必要事項の記入もれがないよう作成する。
- ② 学校名・チーム名・生徒氏名・おべんとう名等に<ふりがな>をふる。
- ③ 2群については、各食品の重量で表記すること。(牛乳に換算しない)
- ④ 主食が米飯の場合、材料表の記載は、米または米飯(ご飯)どちらの重量かを明記する。
- ⑤ おべんとう写真のカメラ位置は真上から、背景は必ず白いものを用意して、撮影する。
- ⑥ おべんとうのみの写真を載せる。また、写真の修整・加工はしない。
- ⑦ 用紙と材料表の原本は手元に残し、コピーしたものを左上をステープラー止めにする。

用具について

- ① 弁当箱と小物は、お弁当として持ち運べる容器を各自で選び、持参する。また、色・形・大きさは、食べてもらう相手にあったものを使用する。(皿等の食器への盛りつけは認めない。)
- ② 弁当箱はチームの人数分を、小物は、チームの人数分+試食用1名分を持参する。(試食食皿に盛りつけたおかずで使用したプラスチックピックは、返却できません。)
- ③ 調理用具は、調理会場に設置されているものを使用する。(特別な用具等は持参してもよい。)ただし、包丁は安全面を考え、持ち込みは禁止とする。(出刃包丁は、会場に用意している。)
- ④ 布巾(食器用・魚用)、台布巾、食洗用スポンジは、本部で用意したものを使用する。(替えの用意有)
- ⑤ 調理台に、文化鍋1台あり。電子レンジ・オーブンは、兼用のため、同時に両機能の使用はできない。なお、オーブントースター機能はついていない。
- ⑥ 安全面・衛生面を考慮して、調理台の上に市販のラック等を使い、用具等を置くスペースを増やすことはしない。
- ⑦ 材料や道具等を事前に競技会場へ送ることはできない。全て当日に持参する。

競技当日の服装と持ち物

- (1) 服装 ①エプロン ②三角巾 ③上履き(かかとがあり脱げないもの) ④マスク
 (2) 持ち物 競技中に水分補給ができるよう、水筒を持参する。

調理競技時の注意点

競技審査で、以下のような点で減点になるため、担当の先生は事前にご指導ください。

- | | |
|-----------|--|
| ① まな板の扱い | ・乾いたまま、魚等を切った。 ・使用後洗浄せずに放置し、更に具材を切り分けた。 |
| ② 包丁の扱い | ・使用していない時、危険な置き方をした。 ・皿やなべの上で包丁を使用した。
・ <u>滑ると危険なので、牛乳パックの上で食材を切らないでください。</u> |
| ③ 衛生的な調理 | ・使用中の菜ばしを調理台に直置きにし、放置した。
・切り分けた食材を長時間置きっぱなしにし、調理に使用した。 |
| ④ コンロの使用 | ・火の近くに物を置いたまま使用した。 ・火に鍋をかけっぱなしにした。
・ <u>卵焼き用フライパンを用途以外の方法で、使用した。</u> |
| ⑤ 調理器具の選択 | ・加熱する食材の量に対して、大きすぎる(小さすぎる)鍋を使用した。 |
| ⑥ 整理整頓 | ・調理台の上、流しの中に器具を乱雑に置いた(危険な)状態で調理を進めた。 |
| ⑦ 適正な分量 | ・大量に作りすぎてしまった料理をタッパーに入れて持ち帰った。 |
| ⑧ 環境への配慮 | ・布巾を全く使用せず、キッチンペーパーを大量に使用した。
・ <u>大量のファスナー付き袋を使い調理をし、使用後の袋を大量にゴミ箱へ捨てた。</u>
・調理後、調理に使用した油をそのまま流しに流した。 |

都道府県名〔 〕 学校名(ふりがな)〔 〕
学年〔 〕 年生 チーム名(ふりがな)〔 〕

市区町村名・学校名・氏名に
ふりがなをつけてください。

中学校〕

あなたのためのおべんとうコンク

具体的な対象者
を決めて、記入
してください。

1 おべんとう名(ふりがな)

絵文字や記号を使わないでください。
あまり長くしないでください。

*対象者〔 〕
*年齢〔 歳〕 *性別〔 〕

☆規定課題→

「魚を使った調理」

揚げ物献立名

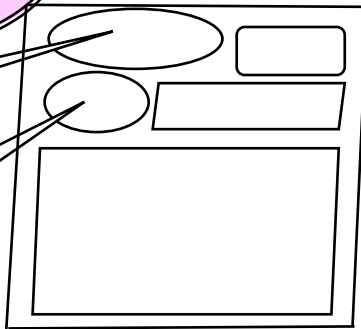
2 出来上がり写真

写真の背景は白です。
おべんとうを真上から撮影する。
写真の加工はしない。

写真

例: 「さつまいもサラダ」

例: 「三色ハンバーグ」



揚げ物がある場合、
献立名を記入して
ください。

吹き出しなどを使い、
お弁当の内容
(各「献立名」)を
記入してください。

3 工夫した点(セールスポイント)

「栄養面」「彩り」「食べる人の好み」
「魚料理の工夫点」「環境への配慮について」
「おべんとう名の由来」…や
その他「自分たちが工夫した点」などを
アピールするよう、具体的に記入してください。

費用：

円（1人分）

一人分の費用(1000円以内)を
記入する。

献立の作り方がわかるように、具体的に記入してください。
作り方など、イラストがあるとわかりやすいです。
用紙が不足時は、コピーをしてください。

レポート最後のページは
このページを使用してください

都道府県名 _____ 学校名(ふりがな) _____ 立 _____ () 中学校

チーム名(ふりがな) _____ ()
(ふりがな)

氏名(リーダー) _____ (リーダー) _____
()