

※学校、クラスで応募される場合は、下記のご記入は必要ございません

フリガナ		電話番号	—	—
学校名	小学校	FAX番号	—	—
フリガナ		メールアドレス		
お名前				
おところ	〒□□□-□□□□			

山折り

100-8786

422



東京都千代田区西幸町1-5-3 新幸橋ビル 8F
 (株)電通イグハートホムローション株式会社

「イスタハートラーメン」
 小学生レシピコンクール」事務局

山折り

賞

学校賞

学校、クラス単位で取りまとめて
 ご応募いただいた学校には、
1万円の図書カードを差し上げます。

図書カード
 ¥10,000

参加賞

オリジナル
 クリアファイルと
 インスタントラーメン図鑑

※参加賞の発送予定時期は、2021年1月ごろの予定です。

※デザインはイメージ

応募方法

裏面の記入例にそって、書いてください。折り線 --- にならって封筒にして送ってください。
 ※学校でまとめて送る場合はのりづけしないでください。

令和2年度

インスタントラーメン
 小学生
 レシピコンクール

作品
 募集中

応募きかん

2020年9月1日(火)
 ~9月30日(水)

オリジナルですきな
 レシピを作って応募しよう!
 お待ちしております!



インスタントラーメンを使ったアイデアいっぱいの料理を募集する「インスタントラーメン小学生レシピコンクール」
 を行います。書類選考のあと、全国5ブロックの地区予選を経て全国大会を開催します。
 大会の受賞者には賞品が贈られます。みなさんのご応募をお待ちしております。

令和元年度・全国大会受賞作品

農林水産大臣賞



がんばれ受験生!!
 エコな塩カレーラーメン
 高井 莉緒(たかい りお)さん
 6年/北海道

文部科学大臣賞



カルシウムたっぷり♡
 牛乳ラーメン
 竹野 花菜(たけの かな)さん
 5年/山口県



楽しく料理♪

とっても真剣!

大会の楽しい様子は
 HPへ▶



大会概要

日程

書類選考(10月頃)⇒地区予選(11月頃)⇒全国大会(12月頃)
 地区予選は応募数に応じて5つのブロックを予定しています。

応募しかく

小学生4・5・6年生
 ※1つのレシピに名前は1人です(2人1組、グループでのご応募はご遠慮ください)

応募きかん

2020年9月1日(火)~9月30日(水)

審査基準

おいしさ、栄養バランス、盛りつけ、手軽さ、独創性を見て審査します。

注意事項

大会の内容は変更になる可能性があります。

主催

一般社団法人 日本即席食品工業協会

インスタントラーメン ナビ 検索

後援

公益社団法人 日本栄養士会



あるとホッ、
 知るとホッ。
 一般社団法人 日本即席食品工業協会

インスタントラーメン小学生レシピコンクール応募用紙

注意事項

- ・JASマーク付きのインスタントラーメンを使用してください
- ・スープと麺は、必ずどちらも1人分につき半分以上使用してください
- ・材料は2人分の分量を記載してください

レシピ考案のポイント

- ・地元の食材を利用する・誰に食べてもらいたいかを考える・自分の好きな食材を使ってみる
- ・いろいろな食べ物から「もしラーメンに使ったら」を考える

記入例

★学校でまとめて送る場合は、のりづけしないでください。

① 料理の名まえ	我が家のピリ辛肉みそらーめん
② 使用する材料 (2人分の分量)	<p>★大会は冬に行われます。季節の食材を使ってみてね! ★インスタントラーメンの種類に丸をつけてください ※スープと麺は、必ずどちらも1人分につき半分以上使用すること ※即席うどん、即席そば、即席焼きそばも含まれます。</p> <p>JASマーク付きのインスタントラーメンを使用してください。</p> <p>●塩 ●しょうゆ ●みそ ●とんこつ ●うどん ●そば ●その他()</p> <p>ラーメン(1袋)・豚ひき肉(50g)・もやし(適量) 長ネギ(適量)・みそ(適量) レタス(適量)・ラー油(適量)</p> <p>材料費の目安は1人分500円以内とします</p>
③ 作り方	<p>①長ネギをみじん切り、ほうれん草を5cmで切る。</p> <p>②フライパンに油を入れ、強火でひき肉を炒め、後から長ネギを入れる。</p> <p>③みそとラー油を加え味を調える。(肉みそ完成)</p> <p>④麺・もやしをゆでる。(3分)</p> <p>⑤スープの粉を加え、肉みそを上盛りに盛り付けて完成。</p> <p>2人分の調理時間 (15)分</p>
④ 料理の特徴・アピールポイント・工夫したところ・作ってみた感想	<p>お母さん直伝の肉みそを使ったオリジナルラーメンです。</p> <p>我が家の肉みそはラー油を入れてピリ辛でやみ付きになる味です。お肉と長ネギの素材の甘味とラー油の辛味がとてもマッチしていて、美味しくできました。</p>
⑤ 食べてほしい人とその理由	<p>●食べてほしい人 お父さん</p> <p>●その理由 いつもお仕事頑張ってくれているから、休日に作ってあげたい。</p>
⑥ フリガナ	ラーメン ショウガッコウ
⑦ 学校名	ラーメン 小学校
⑧ クラス	5年 ●組
⑨ フリガナ	ソクセキ ハナコ
⑩ お名まえ	即席 花子

★料理の完成イメージがわかるような写真を貼ってね!

② 材料と分量

2人分の分量を書いてください。栄養バランスや食材の組み合わせなどが審査ポイントです。

③ 作り方

手順・工程に番号を振って分かりやすく書いてください。

2人分を調理するときの時間を書いてください。

④ 特徴・アピール・工夫

その土地ならではの食材や、家庭の味などアピールをしましょう。

④ 作ってみた感想

調理してみて難しかった点や、食べてもらった人の感想など、自由に書いてください。

⑤ 食べてほしい人

お母さんやお父さんなど、誰のためを思って作ったのか書きましょう。

⑨ 写真を貼る

料理の完成イメージがわかるような写真を添付してください。

★学校でまとめて送る場合は、のりづけしないでください。

① 料理の名まえ	
② 使用する材料 (2人分の分量)	<p>★大会は冬に行われます。季節の食材を使ってみてね! ★インスタントラーメンの種類に丸をつけてください ※スープと麺は、必ずどちらも1人分につき半分以上使用すること ※即席うどん、即席そば、即席焼きそばも含まれます。</p> <p>JASマーク付きのインスタントラーメンを使用してください。</p> <p>●塩 ●しょうゆ ●みそ ●とんこつ ●うどん ●そば ●その他()</p> <p>材料費の目安は1人分500円以内とします</p>
③ 作り方	
④ 料理の特徴・アピールポイント・工夫したところ・作ってみた感想	
⑤ 食べてほしい人とその理由	<p>●食べてほしい人</p> <p>●その理由</p>
⑥ フリガナ	
⑦ 学校名	小学校
⑧ クラス	年 組
⑨ フリガナ	
⑩ お名まえ	

2人分の調理時間 ()分

★料理の完成イメージがわかるような写真を貼ってね!

応募先 〒100-8786 東京都千代田区内幸町1-5-3 新幸橋ビル8F
株式会社 電通イベントオペレーションズ内
「インスタントラーメン小学生レシピコンクール」事務局 03-3502-5008 (受付) 平日(土日祝日を除く) 10:00~18:00 ※7月から受付開始

応募方法など小学生レシピコンクールについてのお問い合わせは、上記 株式会社 電通イベントオペレーションズ内「インスタントラーメン小学生レシピコンクール」事務局までご連絡ください。

※主催する一般社団法人 日本即席食品工業協会では、プライバシーポリシーに則り、応募者の個人情報の取り扱い・管理を徹底いたします。

※応募者の個人情報は当コンクールの審査・連絡および発送のみに利用します。

※受賞者の住所(都道府県まで)・学校名・氏名・学年・作品などをメディアやイベントを通じて公表させていただくことがあります。

※大会の様子はテレビで放映されることがあります。

※料理を作るときは、先生か家の人に必ずつきそってもらい、事故のないように注意しましょう。

※谷折り①→②の順番で折ってね!※