

※学校でまとめて応募される場合は、学校名、クラス、お名前のみご記入ください

フリガナ		電話番号	— —
学校名	小学校	FAX番号	— —
クラス	年 組 ●先生のお名前	メールアドレス	
フリガナ			
お名前			
おところ	〒□□□-□□□□ _____ _____		

山折り

104-8782

903



東京都中央区築地3-7-10 つの鉄地ビル5F (株)アミントキョーモ

「アミントキョーモ」  
小学生レシピコンクール」事務局行

山折り

賞

学校賞

学校単位で取りまとめて  
ご応募いただいた学校には学校賞として  
図書カードを差し上げます。※1 ※2

参加賞

オリジナル  
クリアファイル ※2



※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封筒の形にのりづけしないでください。

※1:10名以上(図書カード3,000円分)、30名以上(図書カード10,000円分)、50名以上(図書カード15,000円分)、100名以上(図書カード20,000円分) ※2:学校賞・参加賞の発送は、12月以降の予定です。

令和5年度

第22回

応募  
きかん

2023年9月1日(金)  
～9月30日(土)

# インスタントラーメン 小学生レシピコンクール

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。  
全国6ブロックごとの書類選考を経て、全国大会を開催します。  
大会の入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。

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！

夏休みに  
やってみよう！



令和4年度・全国大会受賞作品



農林水産大臣賞



徳島まるごと塩ラーメン  
一本木 愛莉(いっぽんぎ あいり)さん  
6年/徳島県



文部科学大臣賞



カラフルラーメン生はるまき  
森本 太蔵(もりもと たいぞう)さん  
5年/大阪府



21回目となった昨年は、全国から9,754作品の  
応募がありました！

大会概要

日程

書類選考(10月)⇒全国大会(11月末)

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、グループでの応募はご遠慮ください)

応募きかん

2023年9月1日(金)～9月30日(土)

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。

選出方法

書類選考各地区的優秀な2作品を選出 ⇒ 全国大会へ  
全国大会調理・試食審査を行い、入賞者を選出

注意事項

大会の内容は変更になる可能性があります。

書類選考  
(6ブロックに  
分けて選出)



大会について  
くわしくはこちら



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

文部科学省、農林水産省、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

記入れい	
★学校でまとめて送る場合は、封筒の形にのりづけしないでください。	
① 料理の名前	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)	★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してください ●塩 ●しょうゆ ●みそ ●とんこつ ●うどん ●そば ●その他( ) ラーメン(2袋)・ふぞくのスープ(2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) 材料費の目安は1人分500円以内とします
③ 作り方	①長ネギをみじん切りにする。 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。 ③みそとラー油を加え、味を調える。(肉みその完成) ④麺もやしをゆでる。(3分) ⑤スープの粉を加え、レタスと肉みそを上盛りに盛り付けて完成。 2人分の調理時間( 15 )分
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	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 食べてほしい人とその理由	⑤ 食べてほしい人 ●その理由 ⑥ ★料理の完成イメージ 【 】内のサイズまで貼れます。 のりしる部分にのみのりづけしてください。 写真(イラストでも可)必ず貼ってね! ※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。

応募先 〒104-8782 東京都中央区築地3-7-10 JS築地ビル5F (株)アルファネット内 「インスタントラーメン小学生レシピコンクール」事務局 宛て

応募方法などについてのお問い合わせは、「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。  
(電話)03-6228-4135 ※9月1日(金)から受付開始 平日(土日祝日を除く)10:00~18:00  
※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。  
※入賞者の氏名、学年、及び学校名の個人情報や、お送りいただいた写真及び映像は、一般社団法人 日本即席食品工業協会ホームページ・SNSへ掲載予定です。  
また、報道関係各社のメディアに掲載されることがあります。  
※大会の様子はテレビ、YouTubeで放映されることがあります。  
※応募作品に関する著作権は協会に帰属します。応募作品は協会に許可なく他に掲載できません。

★学校でまとめて送る場合は、封筒の形にのりづけしないでください。

① 料理の名前		
② 使用する材料 (2人分の分量)	★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してください ●塩 ●しょうゆ ●みそ ●とんこつ ●うどん ●そば ●その他( ) 材料費の目安は1人分500円以内とします	
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	2人分の調理時間( )分	
⑤ 食べてほしい人とその理由	⑥ ★料理の完成イメージ ※めくって④⑤を確認ができれば【 】内のサイズまで貼れます。 のりしる部分にのみのりづけしてください。 写真(イラストでも可)必ず貼ってね!	

※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!※