



# 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、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** 応募者名・学年 **麺太郎 6年**

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

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。  
※即席うどん、即席そば、即席焼きそばも含まれます。

●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

⑤ 食べてほしい人とその理由

⑥ ★料理の完成イメージ

必ず貼ってね!

写真 (イラストでも可)

※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。

### 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わ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。

### ⑥ 写真を貼る

料理の完成イメージがわかるような写真(イラストでも可)を必ず貼ってください。

★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 料理の名前 **ふとう** 応募者名・学年 **年**

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

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。  
※即席うどん、即席そば、即席焼きそばも含まれます。

※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

2人分の調理時間 ( )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

⑤ 食べてほしい人とその理由

⑥ ★料理の完成イメージ

必ず貼ってね!

写真 (イラストでも可)

※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(日)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、および学校名の個人情報や、お送りいただいた写真および映像は、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。

※谷折り①→②の順番で折ってね!※