



いるティーと♪

食べて健康！レシピコンテスト ～パパッと簡単♪朝ごはん編～

応募用紙（記入例）

本レシピコンテストの応募にあたっては、必ず、応募要項をご確認ください。
応募の際には、本応募用紙に必要事項をご記入の上、下記の応募申込先へ郵送又は持ち込みにてご提出ください。なお、応募フォームよりインターネット上で申し込むことも可能です。

応募要項及び応募フォームは、入間市公式ホームページからご確認ください。

| 応募者情報 | | | |
|------------------------------|----------------------------|-------------|--|
| 個人応募 | | | |
| 個人で応募される場合は、こちらの太枠内をご記入ください。 | | | |
| フリガナ | イルマ ハナコ | | ※結果発表、レシピ活用時に使用する名前 |
| 氏名 | 入間 花子 | ペンネーム | はなちゃん |
| 電話番号 | 〇〇〇-××××-△△△△ | 在勤 在学先 | ※市外にお住まいの方のみ (株)〇〇〇〇、 県立〇〇高等学校 等 |
| 住所 | 〒〇〇〇-〇〇〇〇 埼玉県入間市豊岡〇-〇-〇 | | |
| メールアドレス | 〇〇〇〇〇〇〇@〇〇.〇〇 | | |
| 団体応募 | | | |
| 団体で応募される場合は、こちらの太枠内をご記入ください。 | | | |
| フリガナ | マルマルコウコウ カテイカブ | | ※結果発表、レシピ活用時に使用する名前 |
| 団体名 | 〇〇高校 家庭科部 | ペンネーム | 〇〇高校 家庭科部 |
| フリガナ | イルマ ハナコ | | |
| 代表者氏名 | 入間 花子 | 代表者 電話番号 | 〇〇〇-××××-△△△△ |
| 代表者住所 | 〒〇〇〇-〇〇〇〇 埼玉県入間市豊岡〇-〇-〇 | | |
| 代表者 メールアドレス | 〇〇〇〇〇〇〇@〇〇.〇〇 | | ※レシピ作成に関わった人の人数 団体の人数（ 5 人） |

【問い合わせ・応募申込先】

入間市健康福祉センター 地域保健課 〒358-0013 埼玉県入間市上藤沢730-1

☎ 04-2966-5513 FAX 04-2966-5514

受付 月～土 午前8時30分～午後5時15分（日祝、12月29日～1月3日を除く）

レシピ

料理名（タイトル）

ぜひ、キャッチ-なレシピ名を考えてみてください。
【例】元気をチャージ！〇〇丼

材料・分量【 2 人分】

アピールポイント

人参 1/3本
キャベツ 1/4個
じゃがいも 1個
鶏肉 100g
塩 小さじ1/2
コンソメ 小さじ1
・
・
・

【例】
・包丁等を使わず、子どもと一緒に作れるレシピにした。
・育ち盛りの子どもに向けて、一品だけで栄養満点となるレシピにした。
・市販の缶詰にこんなアレンジをして作った。
・地場産野菜の〇〇を使用した。
・入間市の特産品〇〇を使用した。（入間市特産品：お茶・里芋・うど・しいたけ等）
・1食〇〇円で作れるレシピとした。

などなど、レシピのアピールポイントやどんな思いで作ったかなどなど、レシピに関する思いのだけをご自由にご記入ください！

作り方

作り方や、作る際の調理のポイント等をご記入ください。

写真

写真を貼り付けてください。
写真は、L判サイズ（89mm×127mm）でカラー印刷としてください。