

第3回 山梨市レシピコンテスト

朝ごはんを食べよう!

募集期間

令和7年7月15日(火)
～令和7年9月5日(金)

応募資格

市内在住・市内在学者

審査方法

〈スクリーニング〉

書類審査を行う前に、応募要件を満たしているレシピを選出します。

〈書類審査〉

審査員：山梨市食育推進会議（会長・会長代理）、山梨市食生活改善推進員（会長・副会長）、山梨学院短期大学専任教員、健康増進課長

審査基準：目的適合性（朝ごはんに向いているか）、独創性（アイディア）、見栄え（彩り、盛り付け）、嗜好性

（おいしそうか）、汎用性（作りやすさ）の5項目で配点します。

小学生部門、中学生部門、高校生・大学部門の各3部門から5作品を選出し、計15作品を優秀レシピ賞とします。

主食・主菜・副菜のいずれか1品のレシピを募集します



～小学生部門～

～中学生部門～

～高校生・大学部門～

優秀レシピ賞 各部門から5作品商品券（1,000円）

応募要件

・レシピは、主食、主菜、副菜のいずれか1品と

すること

- ・実際に試作し、調味料および食材の分量ならびに作り方をできるだけ明確に記載すること
- ・概ね30分以内で完成できるものとし、食材の分量は2人前とすること
- ・一般的に入手できる食材を使用すること
- ・応募は、1人1品とすること
- ・応募は、オリジナル作品に限られること
- ・作品の写真を必ず添付すること

応募方法

QRコード、郵送、窓口でご提出ください。

郵送：〒405-8501 山梨市小原西843

山梨市役所 健康増進課 健康づくり担当

QRコードは
こちら



お問い合わせ先

山梨市役所 健康増進課 健康づくり担当

TEL：0553-22-1111 平日8:30～17:15

※応募作品は返却いたしません。

※入賞作品はウェブサイト、印刷物等に使用させていただきます。



おうぼうし
応募用紙

(ページ下部にある、お名前・住所・電話番号なども必ず記入してください。)

★レシピ名	(例)しらすぼしのおにぎり	
★材料・分量 (2人分) ※材料はgやmlなど単位を正確に記載してください。	ごはん 320g しらす 30g 焼きのり 0.5g	
★作り方 (調理時間含む)	①ボウルにごはん、しらすを入れて混ぜる。 ②おにぎりを握り、焼きのりをつける。 (調理時間: 約5分)	
★工夫したところ	時間のない朝に、材料を混ぜるだけで作ることができるよう工夫した。	

※完成写真はこの応募用紙にホチキスで止めて提出してください。

フリガナ お名前		年齢	歳
住所		生年月日	年 月 日
学校名		学年	年
保護者氏名 ※小中学生のみ記載			