

小学校・下学年 優秀賞

*最終審査は10月11日でしたが、コンテストの応募期間が7月1日～8月29日のため、使用する食材が一部変更になっています。

ネーミング 受賞者 学校名・学年	できあがり写真	献立名	メッセージ (朝ごはんの特徴や工夫)
やさいたっぷり色どり ごはん 福島市立 野田小学校3年 小林 陽麻里 さん		<ul style="list-style-type: none"> ・梅ぼしのたきこみごはん ・じゃがいものみそしる ・パプリカめだまやき ・さっぱりきゅうりトマト ・いんげんのおかかあえ ・ももヨーグルト 	大すきな夏やさいをたくさん使いました。パプリカでお花をイメージして、かわいい朝ごはんにしました。
福島たっぷりあつさに 負けない朝ごはん 郡山市立 行健第二小学校3年 渡邊 瀬菜 さん		<ul style="list-style-type: none"> ・おにぎらず ・夏野菜のみそしる ・とうふとたまごのふわふわ ・めかぶサラダ ・フルーツ 	おじいちゃんとおばさんの畑でとれた、夏野菜とくだものをたっぷり使いました。おばあちゃんに教わった和食の“まごわやさしい”も入れて、バランスがよくなるようにくふうしました。
ぼくの名前のあさごはん 会津若松市立 一箕小学校2年 星 寛門 さん		<ul style="list-style-type: none"> ・ビビンバどん ・しめじとハムのスープ ・トマトととうふのサラダ 	じぶんの名前の字がついたたべものをつかってつくりました。はやくたべられるように、どんぶりにしました。 ㊦…ほうれんそう ㊩…しめじ ㊧…ひじき ㊪…ロースハム ㊫…とうもろこし、とうふ、トマト
りよかんの朝ごはん いわき市立小名浜 第一小学校2年 大竹 秋月 さん		<ul style="list-style-type: none"> ・さつまいもごはん ・なすとあつあげとまいたけのみそしる ・はんぺんたまごやき ・トマトと子どもピーマンのおひたし 	おじいちゃんとおばあちゃんとまい年行っていたりよかんがコロナでなくなってしまったので、ぼくがいて「りよかんの朝ごはん」をつくりました。じぶんでそだてた子どもピーマンとミニトマト、はたけのおくらしそ、なす、きゅうりをつかいました。さつまいもはかたくてきるのがむずかしかったので、ななめに切りました。ねっちゅうしょうにならない朝ごはんです。
自家せい大集合！夏の さっぱり朝ごはん!! いわき市立 泉北小学校3年 平子 みのり さん		<ul style="list-style-type: none"> ・げんまいごはん ・もずくスープ ・さばのみそチーズやき ・きりぼし大根のサラダ ・くだもの 	そ母が作ったおいしいお米と野菜を使いました。みそとうめぼしは、さく年母と仕こんだ自家せいです。夏の暑い朝でも、かんたんにつくれるように、コンロを使わないメニューにしました。見た目でも楽しめるように、色々な形のお皿を使ったところもポイントです。

小学校・下学年 アイデア賞

ネーミング 受賞者 学校名・学年	できあがり写真	献立名	メッセージ (朝ごはんの特徴や工夫)
<p>家のはたけのやさいたっぷりごはん</p> <p>鏡石町立 第一小学校2年 柿木 玲香 さん</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・えだまめごはん ・じゃがいもとモロヘイヤのみそしる ・やさいとチーズのたまごやき ・ピーツのサラダ ・きなこヨーグルト 	<p>とれたてのやさいをたくさんつかってつくりました。えだまめのみどり、ピーツの赤むらさき、トマトの赤、青しそのみどり、たまごの黄色と、色どりがきれいにできました。</p>
<p>ほんと うまい 朝ごはん</p> <p>埴町立埴小学校2年 戸井田 陽呂 さん</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・ライスグラタン ・コンソメスープ ・いんげんまんめのごまあえ ・ミニトマト 	<p>色々なたべものがたべられるようにくふうしました。</p> <p>ライスグラタンは、食よくがない人でも食べられるおすすめのメニューです。</p>
<p>元気いっぱい朝ごはん</p> <p>只見町立 明和小学校3年 梁取 海未 さん</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・しゃけとえだまめのおにぎり ・わかめとあぶらあげのみそしる ・ちゃわんむし ・きゅうりとミニトマトのサラダ 	<p>ちゃわんむしにハムを入れました。しゃけのおにぎりに、えだまめを入れて、いろいろよくしました。</p>
<p>やさいがいっぱい 朝ごはん</p> <p>南相馬市立 鹿島小学校2年 菅野 瑛奈 さん</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・ツナとコーンのたきこみごはん ・にらとねぎのたまごとじみそしる ・なすといんげんのおひたし ・てづくりこんぶふりかけ ・ミニトマト ・ぶどうともものゼリー 	<p>おじいちゃんとおばあちゃんがそだてたやさいをつかいました。みそも手づくりしたものです。みそしるのこんぶは、だしをとったあと、きざんでふりかけにしました。</p> <p>デザートのももは、ふくしまさんです。</p>
<p>ねばねばおいしいあさごはん</p> <p>いわき市立 郷ヶ丘小学校1年 豊島 希実 さん</p>		<ul style="list-style-type: none"> ・ねばねばどん ・かぼちゃのみそしる ・サイコロやさいのオムレツ ・きゅうりとミニトマトのサラダ ・くだもの 	<p>おじいちゃんがそだてたおくらをつかって、あさでもたべやすいねばねばごはんをつくりました。おかずのオムレツのなかのやさいをちいさくきったのと、みためをカラフルにしたので、やさいをたべやすくしました。</p>