

平成 25 年度・第 14 回創作料理コンテスト
「市販品を使って在宅で簡単、アレンジレシピ」募集要項

参加希望者各位

NPO 共生フォーラム
シニアフーズ研究会

日時:平成 25 年 11 月 16 日(土)

場所:関東福祉専門学校(2号館) たまご祭にて 埼玉県鴻巣市中央 23 番 10 号

内容:

【テーマ】「市販品を使って在宅で簡単、アレンジレシピ」

～料理経験無しでも大丈夫。市販の缶詰や冷凍食品を使って美味しく栄養満点レシピ～

【対象者】在宅で一人暮らしの 75 歳以上男性

料理経験はあまりなく、包丁を使用するのは苦手。昼間はデイサービスを利用。また、糖尿病である。

【参加条件】栄養士 3 人で 1 組となり、市販の缶詰、レトルト食品、冷凍食品

を活用し、3 日間の夕食献立を作成。使用する市販品は、エントリー後に配布するリストより選択。3 日間で使い切るように献立を作成する。

【食材費】3 日間で 1,000 円(夕食のみ)

米の費用は、1 人 70g=25 円/回とし、食材料費に含めます。

【栄養価】 エネルギー 500kcal

塩分 4g(たんぱく質の上限はないが、計算はする)

※米 70g の栄養価も含む。但し、パンや麺類に変更しても可

※一汁二菜で献立を考える。

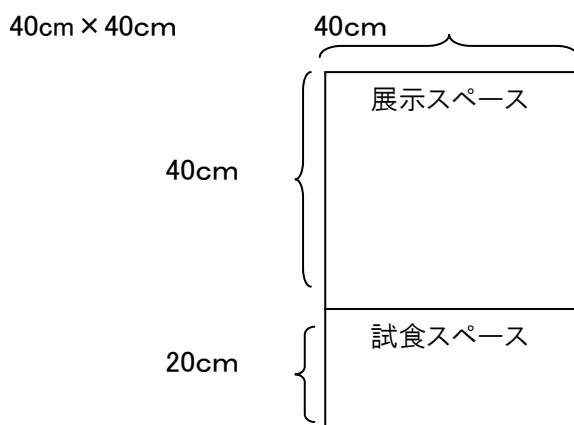
【食器】 食器は 100 円ショップで購入できるもの。

ご飯茶碗、汁椀、箸、ランチョンマットは指定のものを当日お渡しします。

上記のもの以外は、各チームで購入してください。

購入する食器は、1 人暮らしの男性宅にあるようなものにしてください。

【展示スペース】



【募集〆切り】平成 25 年 9 月 16 日 NPO 共生フォーラム事務局まで。

電話 & FAX: 048-644-0880 メール: KyoseiF-JPN@tomoniikiru.or.jp

※必要事項を下記のエントリーシートに記入いただき、事務局まで

FAX またはメールにてお申し込みください。

お申し込み頂きましたチームの方へ出展にあたっての注意事項を記載した
出展者用書類をお送り致します。

FAX to: 048-644-0880

E-mail to: kyoseiF-JPN@tomoniikiru.or.jp

第14回創作料理コンテスト・エントリーシート

チーム名:	
参加者:(代表者)	
参加者:	
参加者:	
所属施設:(連絡先)	〒 電話: () FAX: ()
連絡用メールアドレス	@
最寄駅	
【通信欄】	

申込日: 2013 年 月 日