|  |  |
| --- | --- |
| 尼崎市保健所　健康増進課　保健師統括・栄養管理担当あて  ama‐kenkouzoushin‐2@city.amagasaki.hyogo.jp  **子ども食堂「クックパッド」　掲載申込書**  **依頼日　令和　　年　　月　　日** | |
| **子ども食堂**  **（依頼先）** | **（名称）** |
| **代表者**  **（連絡先）** | **（氏名）** |
| **メールアドレス（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）**  **電話　 　　　　（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 　）** |
| **掲載レシピに**  **対する子どもの反応・様子** |  |

※確認事項

　①副菜（野菜、いも、海藻、きのこなど）を中心とした料理ですか？

　 ②掲載を希望する子ども食堂のオリジナルのレシピですか？

掲載レシピ

■【料理名：　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　】(20文字)

■レシピの完成写真　(人物、動物などが写っていないもの)

このまま写真を掲載します。

■【レシピの紹介文】(60文字)

|  |
| --- |
| 尼崎市【子ども食堂】 |

■【材料】(〇人分/　　　)

|  |  |
| --- | --- |
| **材料** | **分量** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

※必要に応じて行を増やしてください。

■【作り方】(60文字)　 ※作り方の写真があれば添付して下さい。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **写真**  **※料理以外の写真不可** | **作り方(60文字)** |
| １ |  |  |
| ２ |  |  |
| ３ |  |  |
| ４ |  |  |
|  |  |  |

※必要に応じて行を増やしてください。

■【コツ・ポイント】(120文字)

|  |
| --- |
|  |

掲載例

■【料理名：　　新じゃがのバターしょうゆ煮　　】(20文字)

■レシピの完成写真

皿の上の食べ物

自動的に生成された説明

■【レシピの紹介文】(60文字)

|  |
| --- |
| 尼崎市【子ども食堂】新じゃがと身近な調味料で簡単に作ることができる料理です。 |

■【材料】(４人分)

|  |  |
| --- | --- |
| **材料** | **分量** |
| **新じゃが** | **300g** |
| **バター** | **10g** |
| **★ しょうゆ** | **大さじ1** |
| **★ みりん** | **大さじ1** |
| **★ 酒** | **大さじ1** |
| **★ 水** | **50ml** |

■【作り方】(60文字)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **写真**  **※料理以外の写真不可** | **作り方(60文字)** |
| １ | ドーナツを持っている手  自動的に生成された説明 | **じゃがいもはよく洗い皮つきのまま食べやすい大きさに切る。** |
| ２ | プラスチック容器に入った食べ物  自動的に生成された説明 | **耐熱容器にいれてラップをし、電子レンジ600Wで5分加熱する。** |
| ３ | カップに入った飲み物  中程度の精度で自動的に生成された説明 | **★は混ぜ合わせておく。** |
| ４ | フライパンの中の料理  自動的に生成された説明 | **鍋にバターを熱し、じゃがいもを入れて、こげめがつくまで炒める。** |
| ５ | フライパンの中のスープ  自動的に生成された説明 | **④に★=③を加えて煮る。** |
| ６ | フライパンの中の料理  自動的に生成された説明 | **汁が少なくなってきたら、鍋をゆすりながら汁を全体にからめる。** |

■【コツ・ポイント】(120文字)

|  |
| --- |
| バターを全体的に絡ませることで、香ばしくなります。 |