



第2回

「具たくさんみそ汁コンテスト」
開催決定！

レシピ大募集♪

8/20(木)必着



「信州産みそ」を使って、「具たくさんみそ汁」を作ろう！！！！
「具たくさんみそ汁」はその名の通り、具がたくさん入ったみそ汁で、
栄養バランスのとれた食生活にピッタリ！
子どもからお年寄りまで簡単に作れるお手軽料理です！
コンテストの入賞者には、賞状と記念品を贈呈します！

応募詳細は裏面へ

応募テーマ：松本の新しい郷土食へ～信州産みそを使用した、野菜たっぷり おいしい具たくさんみそ汁～

応募資格：松本市民と松本市に在学・在勤の方

募集部門：①子ども部門（中学生以下）

②一般の部（プロ・アマ問わず）※親子やグループでの参加も可

応募条件：①野菜（海藻、きのこ、いも類含む）を3種類以上使用

②たんぱく質を多く含んだ食材（肉・魚・卵・大豆製品等）を1つ以上使用

③信州産みそを使用

④手軽に作れてオリジナル！

⑤できるだけ地元の食材を使ったもの

応募方法：市内の各保健センターに置いてある応募用紙、または松本市ホームページからダウンロードした応募用紙に必要事項を記入のうえ、持参、郵送、メールのいずれかで提出

※ 応募書類の個人情報は、本コンテスト以外の目的には使用しません。

また、ご提出いただいた書類は返却しませんので、ご了承ください。

審査方法：**書類審査**

2020年9月1日（火）の庁内食育会議で審査を行います。

審査員：松本市食育推進関係課（予定）

その他：応募作品に係る一切の権利は、松本市に帰属することとします。

後援：松本味噌醤油工業協同組合、松本ハイランド農業協同組合

松本市農業協同組合、あづみ農業協同組合

主催：松本市

応募先及び問い合わせ：〒390-8620 松本市丸の内3-7

松本市役所健康づくり課「具たくさんみそ汁コンテスト係」

電話 0263-34-3217（直通） FAX 0263-39-2523

E-mail：kenkoka@city.matsumoto.lg.jp

第3期松本市食育推進計画では、「1日2食は3皿運動」を推進するため、「おいしく食べよう 具たくさんみそ汁運動」に取り組んでいます。

1日2食は3皿運動 ～1・2・3でバランスごはん～

これが基本の3皿です！



主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を
1日2食以上はそろえて食べましょう！

昨年の入賞作品など
ホームページはこちら⇒

