第8回 オリジナルレシピ募集中

具だくさんみそ汁コンテスト



募集部門

『給食に出たらいいな部門』
★天然だしを使用したレシピ
『ホッとしあわせ わが家の味部門』
★わが家の推しレシピ
グループ応募もOK

募集期間

令和8年11/1(日)～12/24(木)必着

松本市民または松本市に在学・在勤の方限定！

1 応募規定(２部門共通)

家庭で”手軽に”作れるオリジナル料理、未発表のもの
- ✓ 野菜を3種類以上使用(海藻、きのこ、いも類を含む)
- ✓ 主菜となる食材を1つ以上使用(肉、魚、卵、大豆製品等)
- ✓ 具材はみそ、水を除き合計70g以上150g以下(1人分)
- ✓ 信州みそを使用し、適塩であること
  適塩目安:だし汁120mlにみそ8g程度(1人分)、塩分0.7～0.9%
- ✓ 地元の食材を1つ以上使用

※ 応募書類の個人情報は、本コンテスト以外の目的に使用することはありません。
また、提出していただいた書類は返却いたしかねます。
※ 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。

2 応募方法

右記ホームページ記載の応募フォームから送信。
または、裏面または市ホームページの応募用紙に必要事項を記入し、下記の係あてに持参、郵送のいずれかで提出。

ホームページ
応募フォーム

3 賞品

選考後、入賞者に後援団体から
松本のおいしいみそや農産物の加工品などの
賞品をプレゼント

昨年のプレゼント例



4 表彰

各部門 最優秀賞1作品、優秀賞1作品
ホームページ、SNS、各種広報等に掲載
入賞者へは2月にご連絡いたします。

表彰式　2月13日(土)

後援:松本味噌醤油工業協同組合／JA松本ハイランド／JAあづみ　協力:サザンガク

お問合せ 松本市保健所 健康づくり課「具だくさんみそ汁コンテスト係」
〒390-8620 松本市丸の内3-7　電話:0263-34-3217

+Choice 選んで実践!生活習慣病予防
1・2・3で バランスごはん
まつもと だいず 大作戦