

第11回 ウィズガス  
ぜんこくおやこ  
**全国親子クッキング  
コンテスト**  
炎の調理で五感を  
研ぎ澄ます

募集テーマ

**わが家のおいしいごはん**  
～家族と一緒に作ろう、うちの自慢メニュー～

**北海道地区道央予選大会**  
★★★★ 作品集 ★★★★★

- 開催日時・場所  
2017年10月15日(日) 9:30~15:45
- 開催場所  
北ガスクッキングスクール(札幌市中央区北1条東4丁目  
サッポロファクトリー1条館3F 北ガスショールームSAGATIK内)
- 審査委員長  
天使大学看護栄養学部栄養学科 学科長・教授 山口 敦子
- 審査委員  
料理研究家 ワインコーディネーター 東海林 明子  
公益財団法人北海道学校給食会 元評議員 反橋 那知子
- 応募組数  
2, 224組  
※道央1, 859組・道北167組・道南135組・道東63組

**A-1**

たかはし れん ひとみ <札幌市>  
**高橋 蓮央くん(6年生)・瞳美さん**

**野菜が主役! 育ち盛りバンザイレシピ!**



鳥肉の塩こうじ焼き ジャーマンポテト混ぜ/  
ホルモンスープ/3Dシャキシャキ立体サラダ/  
焼き白菜のホタテクリームあんかぼちゃ添え/  
枝豆と玉子の混ぜごはん



**A-2**

かとう りゅうのすけ やよい <札幌市>  
**加藤 隆之介くん(2年生)・弥生さん**

**がんばれ野球少年!! ホタテでスタミナ!  
うまうま晩ごはん!**



ほたて飯/きゅうりとホタテの酢のもの/  
スナックエンドウの味噌汁/ほたて風味の玉子焼き/  
豚の味噌焼き



**A-3**

おおき ゆうせい じゅん <札幌市>  
**大木 悠生くん(3年生)・純さん**

**カラフル野菜のパクパク晩ごはん**



鮭のラトウイユ添え/根菜のしそ味噌炒り/  
ズッキーニのハッセルバック/  
かいわれ大根と厚揚げのみそ汁/白ごはん

**A-4**

はらだ たいせい <小樽市>  
**原田 大成くん(4年生)・あづささん**

**我が家の節約和食ごはん**



なんちゃって豚の角煮風/  
カニ身入り野菜サラダ/  
えだ豆ごはん/きのこ汁



**A-5**

おくやま たくや まい <札幌市>  
**奥山 拓哉くん(4年生)・麻衣さん**

**みんなで食べよう!家族が好きな北海道!**



ラムしゃぶのつるつるそうめん/  
エゴでおいしいふわふわ卵スープ/  
あまいプレゼントボックス!ぎょうざの皮でかぼちゃパイ/  
北海道野菜のしゃきしゃきナムル



第11回 ウィズガス  
ぜんこくおやこ  
**全国親子クッキング  
コンテスト**  
炎の調理で五感を  
研ぎ澄ます



**B-1**

せきとうや あきこ <札幌市>  
**関 統也くん (6年生)・愛希子さん**

**暑さに負けるな！ホームランパツアと山盛メシ！**



ホームランパツア/  
ニラ饅頭/  
カブのおかか漬け/ごはん

**B-2**

すずきりん りか <札幌市>  
**鈴木 凜音ちゃん (6年生)・理可さん**

**北の大地のなまらうまいご飯**



チーズといもの重ね焼き/三色野菜のバターライス/  
カマンベールチーズハンバーグ/アサリのミルクスープ/  
グリーンサラダ



**ご参加ありがとうございました！**  
食べることは生きること。  
これからも親子でお料理を楽しんでください！

**B-3**

よしだ けいご よしこ <小樽市>  
**吉田 圭吾くん (5年生)・佳子さん**

**地元の食材でイタリアン**



カボチャのムースとホタテカルパッチョ/  
きのこたっぷりスープ/いもちもちピザ/  
たらのアクアパツア風パスタ/  
季節のフルーツを乗せたパンナコッタ

**B-4**

さとう りょうた みほ <札幌市>  
**佐藤 龍汰くん (4年生)・美保さん**

**「まごわやさしい」で魚を食べよう**



鮭の炊き込みご飯/タラのアクアパツア/  
ジャガイモのガレット/  
ほうれん草の中華サラダ/豆腐の味噌汁/

**B-5**

きと きわ <札幌市>  
**木戸 ひかりちゃん (4年生)・紀和さん**

**北海道の食材でスペインへGo!!**



北海道風パエリア/えだ豆入りスペイン風オムレツ/  
トロコンプを使ったピンチョス/  
にんにくとトマトのスープ/かぼちゃのブニエロス

【主催】ウィズガスCLUB/日本ガス協会北海道部会・北海道LPガス協会・日本コミュニティーガス協会北海道支部 【協賛】ホクレン農業協同組合連合会/北海道漁業協同組合連合会  
【後援】北海道/北海道教育委員会/北海道PTA連合会/札幌市/札幌市教育委員会/札幌市PTA協議会/旭川市教育委員会/函館市/函館市教育委員会/釧路市教育委員会/苫小牧市教育委員会/帯広市教育委員会/小樽市教育委員会/江別市/江別市教育委員会/  
室蘭市/室蘭市教育委員会/岩見沢市教育委員会/千歳市教育委員会/恵庭市教育委員会/石狩市教育委員会/北広島市教育委員会/登別市/登別市教育委員会/伊達市/伊達市教育委員会/北斗市教育委員会/滝川市教育委員会/美唄市教育委員会/  
砂川市教育委員会/赤平市教育委員会/七飯町教育委員会/音更町教育委員会/幕別町教育委員会/芽室町教育委員会/新十津川町教育委員会/長万部町教育委員会/北海道小学校長会/北海道栄養士会/北海道小学校家庭科教育連盟/北海道学校給食会  
※全国：総務省/文部科学省/農林水産省/全国小学校家庭科教育研究会