

親子クッキング

青い炎の調理で
わが家の自慢メニューに
チャレンジしよう!

フェスティバル

2011年

10/23日

優勝めざして
頑張るぞー!!

参加親子
大募集!

応募締切
2011年

9/30金

お申込は裏面で

時間 ● 10:00~13:00

場所 ● 宮崎市中央公民館

宮崎市宮崎駅東1-2-7

豪華賞品プレゼント!

優勝

準優勝

入賞

JCB商品券

10万円分

JCB商品券

5万円分

JCB商品券

1万円分

応募者全員にプレゼントします

QUOカード500円分

裏面の応募用紙に
ご記入いただき
エントリーするだけ!

今回の募集テーマ

わが家の自慢メニュー

●参加資格

宮崎県在住のご家庭の親子2名1チーム

●調理の条件等

・食材費:2,000円程度(4人分)

・品目数:4品以上

・調理時間:60分(盛り付けを含む)

*レシピは未発表であること

*宮崎県産の食材を必ず一品以上使用すること

*自宅での下準備・下ごしらえは不可

大会に出場する際の
交通費や食材費等は
事務局で負担します♪

●応募方法

次の書類2点を封筒に入れて応募先まで送付する

①応募用紙 *本紙裏面

②お料理の写真 *パソコン出力用紙可

*応募書類および写真は、返却いたしませんのでご了承ください。

*応募レシピ・実技審査の写真的著作権は主催者に属するものとし、
新聞・雑誌・印刷物などに二次使用する場合がございました。

●応募受付期間

2011年8月1日(月)~9月30日(金) 当日消印有効

●選考方法

・書類審査

①タイトル ②レシピと調理ポイント

③わが家ならではの工夫 ④料理の写真

*審査結果は書類選考通過チームにのみ連絡します。(10月上旬)

・実技審査

①わが家ならではの工夫 ②メニューのバランス(主食・主菜・副菜)

③ガスならではの調理方法 ④親子の役割



社団法人宮崎県エルピーガス協会 親子クッキング係

〒880-0912 宮崎県大字赤江字飛江田774

応募
問合せ

0985-52-1122

(受付時間/平日9:00~17:00)

■ お料理についてお書きください。

料理の名前 例：丸ごといただく自然の恵み！『新じゃがのツナみそ和え』

できるだけ美味しいそうな
名前がいいですね！

品数 品

材料と分量(4人分) 例：じゃがいも8個、ツナ缶1つ、味噌 大さじ1杯、ヨーグルト大さじ1杯



作り方(調理上のポイント、わが家ならではの工夫、工程などを文章やイラストにて)

例：じゃがいもの葉や皮の薄さを活かし、ほっこり揚げでツナのソースをからめました。

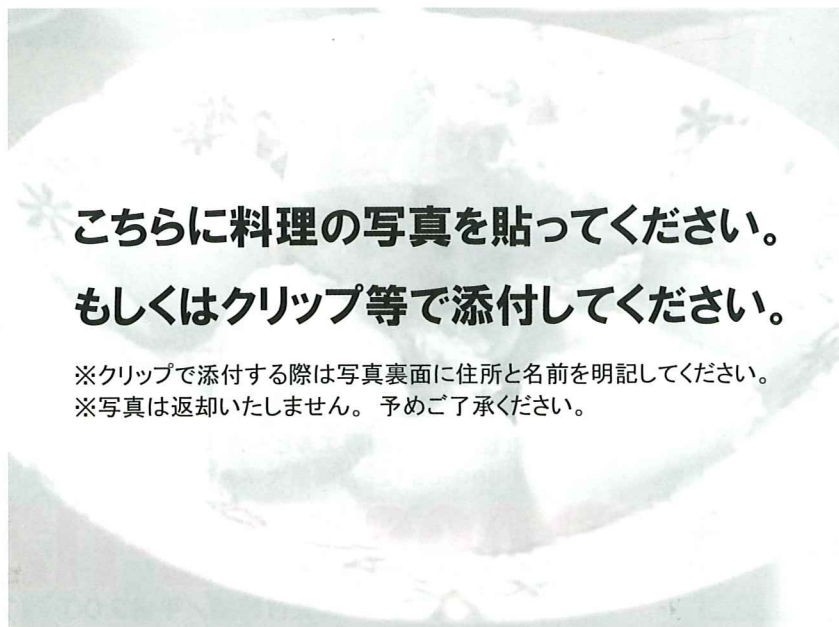
ソースにヨーグルトを使うのがポイント!! ツナとの相性もばっちりです!



書くスペースが
足りない場合は
コピー用紙等に
書いてもOK♪



でき上がりの写真(材料の仕上がりや盛り付けのイメージ)



こちらに料理の写真を貼ってください。

もしくはクリップ等で添付してください。

※クリップで添付する際は写真裏面に住所と名前を明記してください。
※写真は返却いたしません。予めご了承ください。

■ 応募される方についてお書きください。

代表者	ふりがな お名前			
	性別	男・女	年齢	歳
代表者	ふりがな お名前			
	性別	男・女	年齢	歳
	代表者との続柄			

電話番号
ご住所 〒
ご利用の ガス会社

この個人情報 は 本事業 に関してのみ 使用 いたします