

「コバトン健康メニューを作ろう！健康的で新しい感覚の郷土料理のアイデア」募集要項

1 募集概要

『埼玉県の郷土料理』をもっとおいしく健康的にアレンジしたアイデアを募集し、レシピをクックパッド「埼玉県コバトン」(公式キッチン)で紹介します。応募レシピは、食塩控えめで野菜がたっぷりとれる「埼玉県コバトン健康メニュー」の栄養基準内のものに限りします。

2 募集期間

令和4年10月20日(木)～令和4年12月28日(水)

3 応募方法

応募書類は、埼玉県のサイト(URL は以下)からダウンロードしてください。必要事項を記入し、レシピの写真を添えて埼玉県健康長寿課宛てに送ってください。

https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/kenkomenu/saitama_kobaton_healthymenu.html(「コバトン健康メニュー」で検索)

(1)必要書類

- ① 様式1(総括表) 1枚
- ② 様式2(個別メニュー) 品数に応じた枚数
- ③ レシピの写真(定食の場合は、献立全体写真とそれぞれの品の写真)の電子データ(jpg、png など)

(2)送付先

電子メール

埼玉県 保健医療部 健康長寿課 健康増進・食育担当

a3570-04@pref.saitama.lg.jp

(※郵送での応募も可能ですが、後日写真の電子データをいただく場合がございます。)

郵送先

〒330-9301

埼玉県さいたま市浦和区高砂 3-15-1 埼玉県保健医療部健康長寿課健康増進・食育担当

4 審査と結果発表

調理方法、手軽さ、価格などの面から「再現しやすいメニュー」、年齢問わずに「おいしく楽しめるメニュー」であるか等を書類で選考します。

受賞者へは令和5年2月下旬ごろメールで結果をお知らせします。クックパッド埼玉県コバトン公式キッチンのブログ「埼玉県コバトンの彩りごはん」で受賞メニューを発表後、令和5年4月以降に順次レシピの掲載をします。

《賞品》

受賞者:「コバトンぬいぐるみ」

応募者全員:「コバトン健康メニュー」オリジナルペン

5 対象者

興味を持っていただける方ならば居住地、年齢等は問いません。ただし、応募書類に栄養価計算結果を記載いただく必要がありますのでご注意ください。

6 レシピ作成について

テーマは、『埼玉県の郷土料理』です。埼玉県の郷土料理である「すったて」「呉汁(ごじる)」「かて飯」「煮ぼうとう」の4品からいずれかを選び、「埼玉県コバトン健康メニュー」の栄養基準内でレシピを作成してください。

【参考】:うちの郷土料理(農林水産省ウェブサイト)

https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/

◆レシピ作成の例

(定食例)ごはん、いり鶏、酢の物、呉汁(定食全体=栄養基準内)

(一品例)煮ぼうとう(一品=栄養基準内)

「埼玉県コバトン健康メニュー」レシピ基準等について

1食の基準 (1人当たり)	エネルギー／500～700kcal(ごはんの量は、150gで計算が望ましい) たんぱく質／13～20%エネルギー 食塩相当量／3g未満 野菜使用量／120g以上
材料の分量	2人分、4人分など明記してください。
野菜使用量	きのこ類・海藻類は野菜量に含みますが、いも類は除きます。
栄養価計算	1人当たりのエネルギー、たんぱく質、食塩相当量、野菜使用量を算出して様式1に記載してください。
提出様式	様式1(総括表)及び様式2(個別メニュー) 【様式1】 作成者の氏名・連絡先、献立名、1食(1人当たり)のエネルギー、たんぱく質、食塩相当量、野菜使用量 段取りのコツなど 【様式2】 1品の詳細(何人分の材料、調理方法など) ※提出時には、写真を添付してください。
著作権	応募者本人が考えたオリジナルレシピとします。受賞レシピの著作権は埼玉県に帰属するものとし、県公式クックパッド等で公開します。

7 応募についての注意事項

- ・通信費、レシピ作成に係る費用などは応募者のご負担となります。
- ・応募写真については、別途画像データを提出いただく場合があります。

8 個人情報の取扱い

- ・応募者の個人情報(氏名・住所・電話番号・メールアドレス等)については事務局において管理します。また、運営に必要な連絡、賞品の発送の目的以外では使用しません。
- ・応募者の個人情報は、同意なしに第三者に開示・提示することはありません(法令などにより開示を求められた場合を除く)。
- ・第三者の違法行為により、応募者の個人情報が漏洩してしまった場合について埼玉県は一切の責任を負いかねます。

9 その他

- ・本募集企画の賞品は、状況によって変更になる場合があります。
- ・本募集企画に応募いただいた時点で、募集要項全ての内容に同意したものとします。
- ・本募集企画は、クックパッド株式会社が関与する企画ではありません。

10 問合せ先

埼玉県 保健医療部 健康長寿課 健康増進・食育担当
〒330-9301
埼玉県さいたま市浦和区高砂3-15-1
TEL: 048-830-3585
メール: a3570-04@pref.saitama.lg.jp