

り よ う り か  
■お料理についてお書きください。

り よ う り な ま え  
お料理の名前

し な か ず し な  
品数: 品

や な ま え  
※オリジナル「わが家のおいしいごはん」の名前をおしえてね!

ざ い り ょ う ふ ん り ょ う に ん ぶん  
材料と分量 (4人分)

つ く か た ち ょ う り じ ょ う て じ ゅ ん こ う て い ぶん し ょ う  
作り方 (調理上のポイントや、手順、工程などを文章やイラストにて)

わが家ならではの工夫（材料や作り方で工夫したポイントなど）

でき上がりの写真または絵（料理の仕上げ具合や盛り付け方などのイメージを写真または絵で）

※書ききれない場合は、この用紙をコピーするか市販の便せんなどにお書きください。 ※多数応募するときなど、この応募用紙をコピーしてお使いください。

このたびの東日本大震災により被災されました方々に、心よりお見舞い申し上げます。

全国の皆様からの**応募1通につき100円**を、クッキングコンテスト事務局の負担の上で、東日本大震災により被災された方々の救済および被災地復興のための義援金・支援金として寄付を行います。

■ご応募される方についてお書きください。

フリガナ お子さま の氏名	性別 男 女	フリガナ 学校名	しょうがっこう 小学校	がくねん 学年
フリガナ 保護者 の氏名	性別 男 女	じゅうしょ ご住所 〒		
電話番号 ( )	E-MAILアドレス (お持ちの方)	りよう ご利用のガス会社		

ご記入いただいた個人情報は、本事業に関してのみ使用いたします。

