**メディシェフレシピコンテスト2022 応募用紙**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| フリガナ |  | | 資格 |
| 個人名・団体名  （代表者） |  | | メディシェフプロ・2級  ・ジュニア ・受講中(2級・ジュニア   * どちらかに○を付け会員IDを記載して下さい   会員ID（MC　　　　 ） |
| ＴＥＬ | （　　　　）　 －  ※審査の内容確認などでご連絡を取ることがありますので、  　携帯電話等 連絡をとりやすい番号をご記入ください。 | |
| E-MAIL |  | 応募に関する同意事項  ・応募作品は出品者が制作しかつ未発表のもの、第　　三者の著作権その他諸権利を侵害するものでないものに限ります。また応募用紙は返却いたしません。  ・入賞レシピ及び入賞者名（団体名）は公開いたします。  ・本応募者の個人情報を本人の同意なく利用目的以外に使用いたしません。  　　　　　　 □同意します | |
| 住　所 | 〒　　－ |
| **テーマ：グルテンフリーの低カロリースイーツ**   1. **(1) メディシェフが推奨する下記の栄養条件を守っていること**   **＜160kcal 以下＞**   1. **(2)レシピの一部にテーマ食材「米粉」を活用すること** 2. **(3)応募用紙に使用した「米粉」商品の栄養成分表を添付すること** | | | |
| **レシピ名：　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（出来るだけ独創的な名前）**  **このレシピを開発したストーリー（発想の起点など）を教えて下さい** | | | |

**レシピ記載用紙（漏れの無いよう読みやすい字でご記載下さい）**

注意事項

* 1 皿での作品であれば、1 品でも、別メニューを添えた複数品でも可
* テーマ食材の「米粉」を使用してください。商品の栄養成分表を貼付もしくは添付してください。
* 記入例を参考にレシピ下に栄養価（エネルギー・たんぱく質・脂質・炭水化物・食物繊維・食塩相当量）を記載してください。（一人分）
* 記入例を参考にレシピポイントを記載してください。