

おじーのアタイグワ〜で賞

お弁当の
タイトル

ぬちぐすい弁当

ふりがな
代表者名
(性別)

とうま ゆり
當眞 友梨

(女)

学校名
(学年)

名護高等学校

(1年)

食べる対象

性別:男女問わず
年代:30代から

献立名

- ・しまな〜おにぎり
- ・塩麴の
シークワサーチキン
- ・中華風あえ
- ・ゴーヤーとチーズ巻き



使用した野菜の量・種類

地元食材の数・食材名

調理時間
※下ごしらえの時間は除く

103g

6種類

【6種類】

からしな、ハンダマ、オクラ、なす、ゴーヤー、シークワサー

40分



お弁当のアピールポイント

- ◆鶏肉は塩麴に漬けておいて、味付けの手間を省く。
- ◆緑色を多めにしたこと、3色の食材をしっかり使った。
- ◆やんばる食材といっても、使った野菜はすべておじーの畑から採れた物で作った。