

食べたい！で賞

お弁当の
タイトル

夏も元気に乗り切る為の夏バテ防止弁当

ふりがな
代表者名
(性別)

前川 七海

学校名
(学年)

本部高等学校
(3 年)

食べる対象

性別: 女性
年代: 90代

献 立 名

- ★大豆とひじきの煮物
- ★ブダイの塩こうじ焼き
- ★もずくの卵焼き
- ★かぼちゃの煮物
- ★きゅうりと新しょうがの酢の物
- ★鮪の佃煮
- ★ナスの煮浸し



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

170g

6種類

—

40分



お弁当のアピールポイント

- ◆少し元気がない曾祖母が好きな材料を沢山入れました。
- ◆できるだけフライパン1つでできるようにしました。