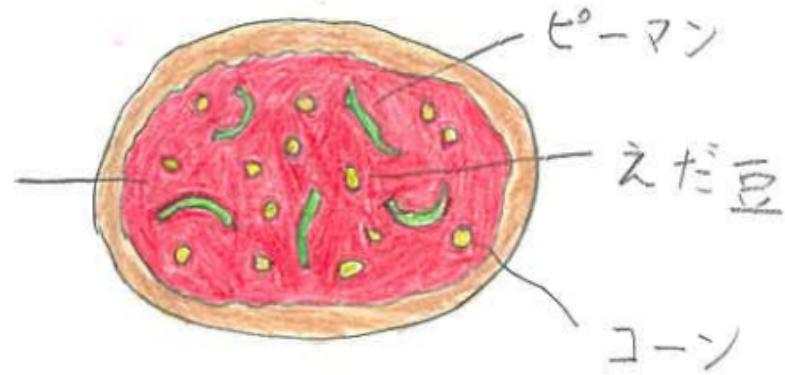


タイトル 西東京野菜たっぷりカラフルピザ

使用食材 レタス、トマト、ピーマン、えだ豆、コーン

イラスト



コメント

野菜をたくさん使う!
チーズをのせてもいいかも?

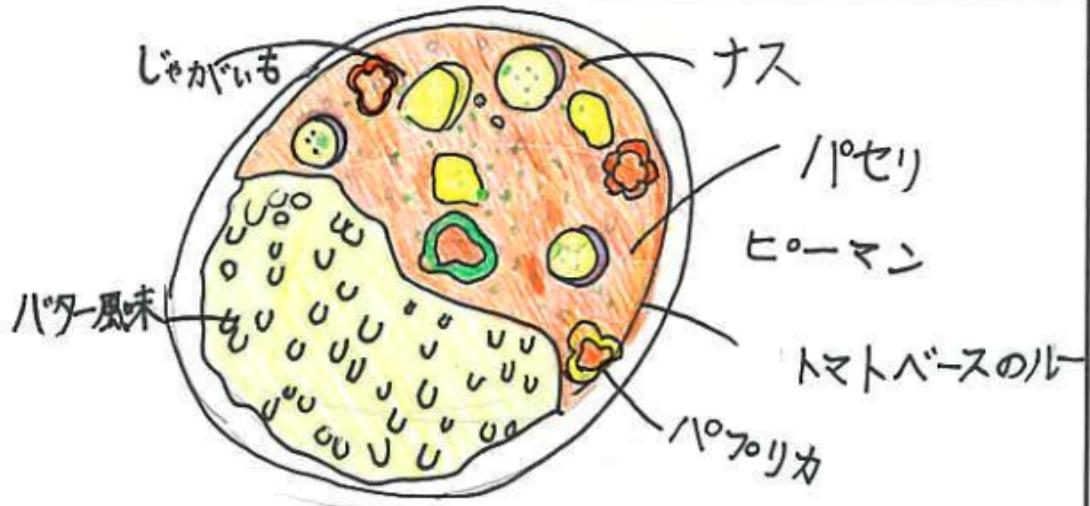
タイトル

具だくさん! 夏野菜のハヤシライス

使用食材

トマト、ナス、じゃがいも、ピーマン(パセリ)

イラスト



コメント

ヒーマンの形を生かしカラフルな花が咲いてゐるようにする
上にパセリをふりかける。
トマトをベースにしたルーをかける。

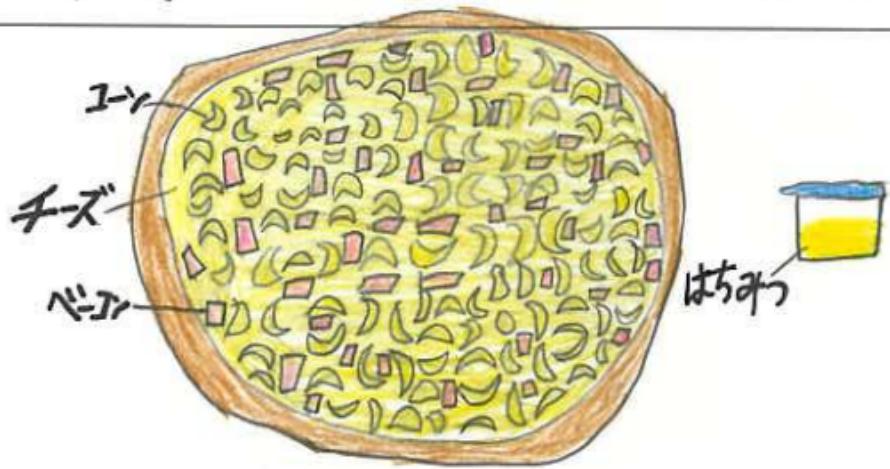
タイトル

4種のチーズとコーンのピザ

使用食材

チーズ、コーン、ベーコン、はちみつ

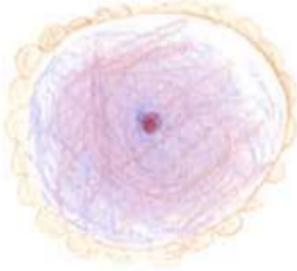
イラスト



コメント

このみではちみつを、かけられて、4種のチーズ
のによいがいい。
持ちり吊りもできる。

| | |
|------|--|
| タイトル | けいれん、わえたまめスコーンケーキ |
| 使用食材 | えだまめ。 |
| イラスト | <p>えだまめをあく しあわせ 生地にまぜこむ。</p> <p>小さな ワカイシ</p> <p>宝物袋</p> |
| コメント | <p>私は、えだまめの自然な甘みが大好きなのでこれにしてみました。 クリームなどでは苦手な方もいるため、ショートケーキ風にしました。</p> |

| | |
|------|---|
| タイトル | ブルーベリーのブリュレタルト |
| 使用食材 | ブルーベリー、砂糖、クリームチーズ、タルト生地、少しあしょ、ほめ、ミント、イチゴ |
| イラスト | <p>7cm くらいのタルト</p>   |
| コメント | <p>7cm くらいの小さなタルトです。タルト生地が少しあしょ、ほめかなのが、ブルーベリーの甘さとあっておいしいです。</p> |

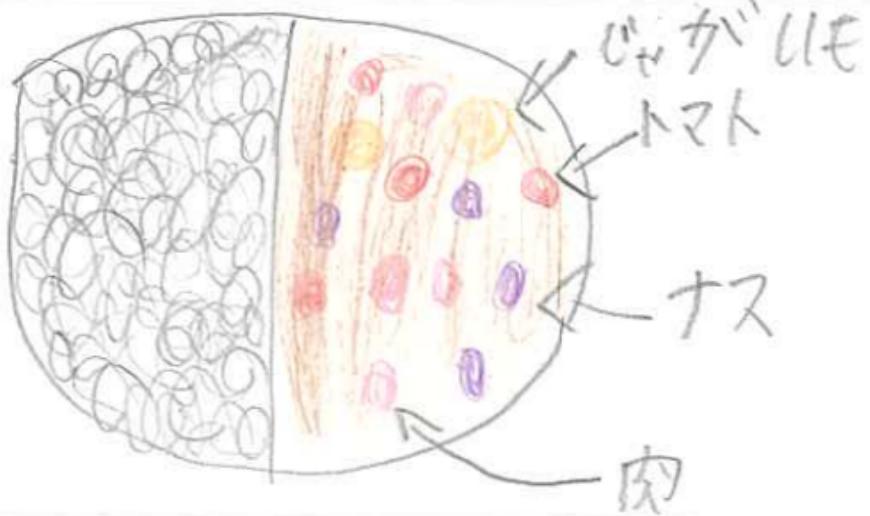
タイトル

いろいろカレー

使用食材

じゃがいも・トマト・ナス・肉(ザク口味)

イラスト



コメント

夏のドサリドカクし口味に(ばよ)うをつけてみた。(カレーのまんじ(ばよ)う)

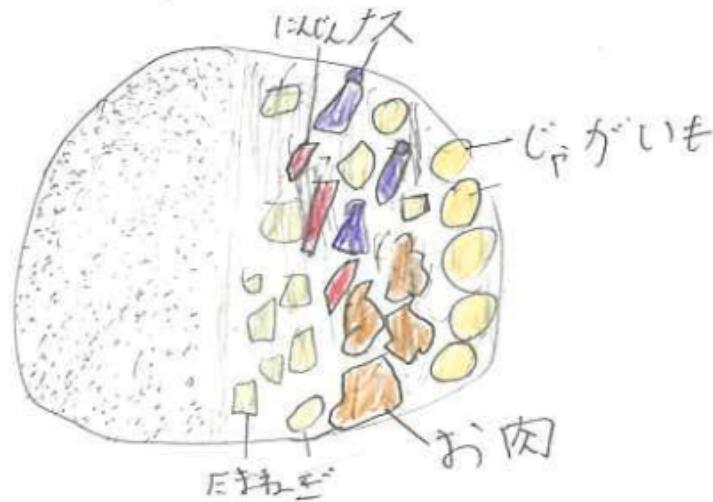
タイトル

西東京旬の野菜たっぷりカレー

使用食材

じゃがいも、なす、お肉、たまねぎ、にんじ

イラスト



コメント

たくさんの野菜を使っている。あま口カレー
家で食べよ。

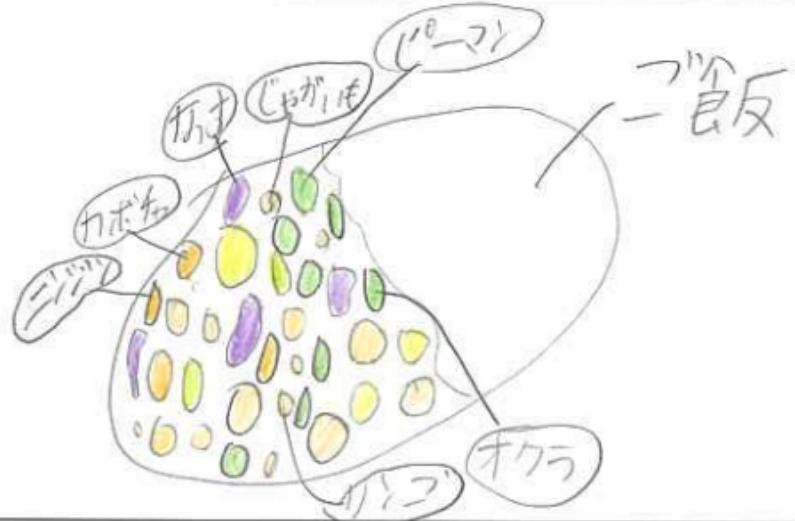
タイトル

やさしいたっぷりカレー

使用食材

かぼちゃ・じゃがいも・オクラ・なす・りんご・ニンジン・ピーマン

イラスト



コメント

夏野菜をいっぱい使う。☺

野菜が好きになるように!!

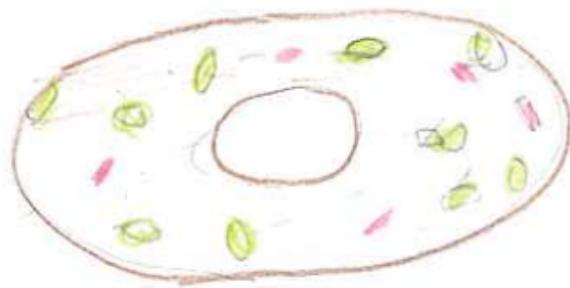
タイトル

えだ豆 ベーグル

使用食材

えだ豆、ベーコン

イラスト



コメント

えだ豆&ベーコンがたっぷり入った、もちもちの
ベーグル!栄養たっぷり!

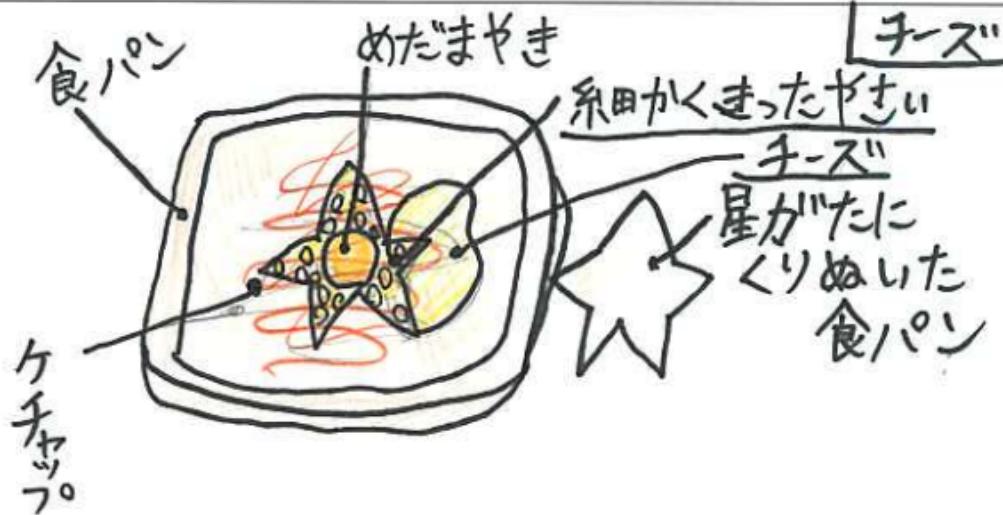
タイトル

流れ星トースト

使用食材

とうもろこし、じゃがいも、にんじん、たまご

イラスト



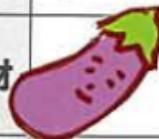
コメント

30こに1つだけ、まみかけ(めだまやき)を2つにする!
やさいを細かく切る。星がたに食パンをくりぬく。
くりぬいたところにやさいをまく。ティッシュが必要!!

タイトル

西東京なすトマサント

使用食材



なす

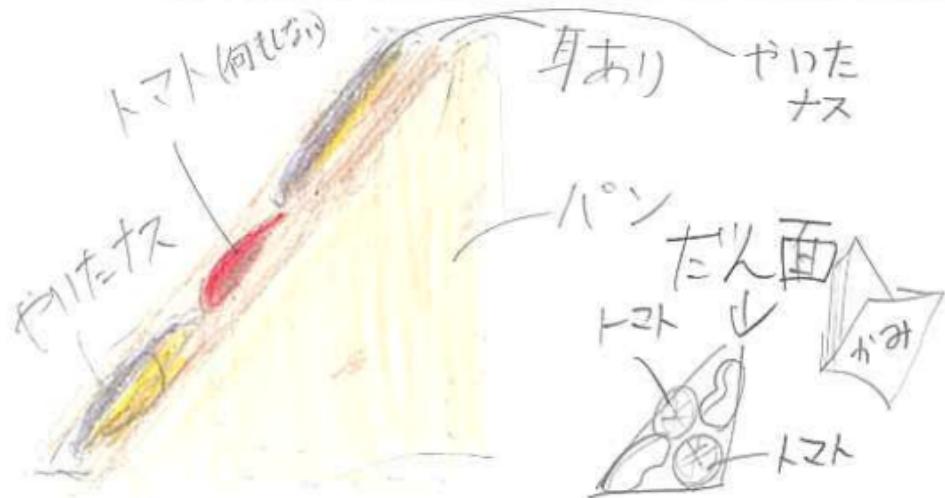


トマト



食パン

イラスト



コメント

ナスはやく！オリーブオイルでやさます。

トマトはこのま。 地球にやさしく、
パンは、カリッとして。 紙でつづれ。

タイトル

カボチャパンデケージョ

使用食材

カボチャ、チーズ

イラスト



コメント

カボチャ&チーズのもちもちのパンデケージョ!
カボチャの風味とほんのりした甘みがチーズに
マッチします。

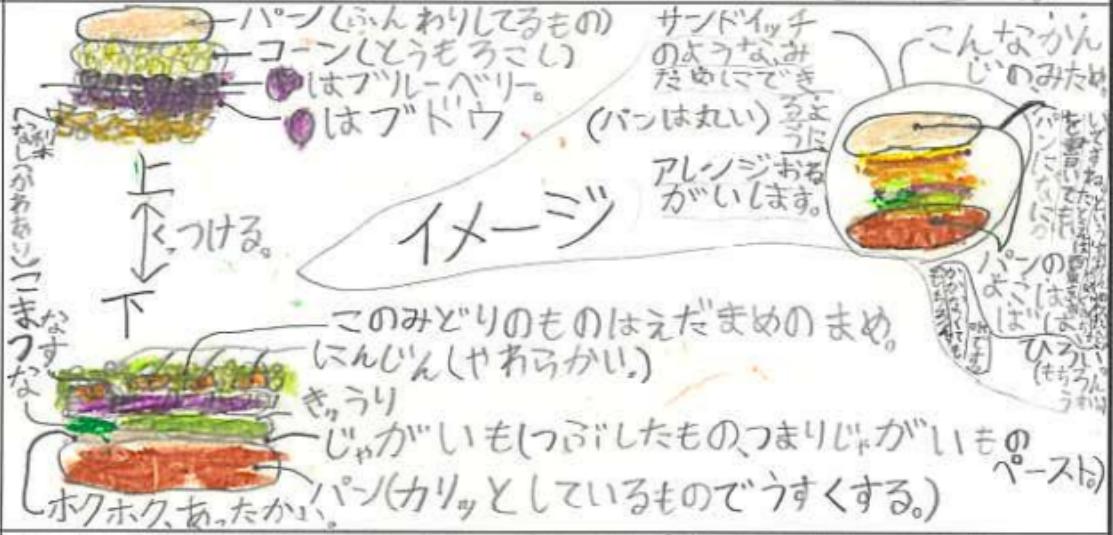
タイトル

句の西東京市カラフルサンドイッチ。

使用食材

どうもろこし・フリーレーベリー・ブドウ・なじゅあだまめ・トマト・ハニーリンゴ・キュウリ
・まつなりじか・いも(ねん)のために書いておくけれど、ふんわりしたうすめのパンと、カリとしたう
ふくらみもしてくさいをあげそうとなつたときにはいちばんつかってほしいパン
いじょくさいは、トマトでオトマトのつきに使つてほしいのはラタチキオです。

イラスト



コメント

あつたかい煮れさです! なるべくカラフルにします。
・しかしんは全体的だと、やわらかめになります。(下にあるパン)
・よつだなど感じられるあじにしてください! 上のパンは
・けつこう大きめです。とにかくやさしいをたくさんつかいます
・食べパンくらい
・ふんわりしてます。

タイトル

西東京野菜つむぎみくみパン

使用食材

レタス、^(トマト)ケチャップ、とうもろこし、パン

イラスト



コメント

- ・レタスはめぐみちゃんみたいな形がいい!
- ・パンは2じゅうで食べやすくする。
- ・パンにとどまるくらいの形!

タイトル

西東京いっぽいサンド

使用食材

きゅうり、とうもろこし、えだまめ

イラスト



コメント

1枚目は野菜で2枚目は肉と、
這樣的顺序来制作。

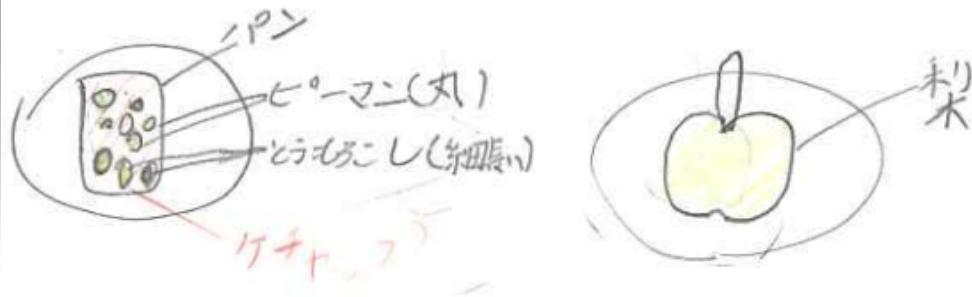
タイトル

パンと梨

使用食材

パン、ピーマン、とうもろこし、梨、ケチャップ

イラスト



コメント

やさしい匂いはいいから。

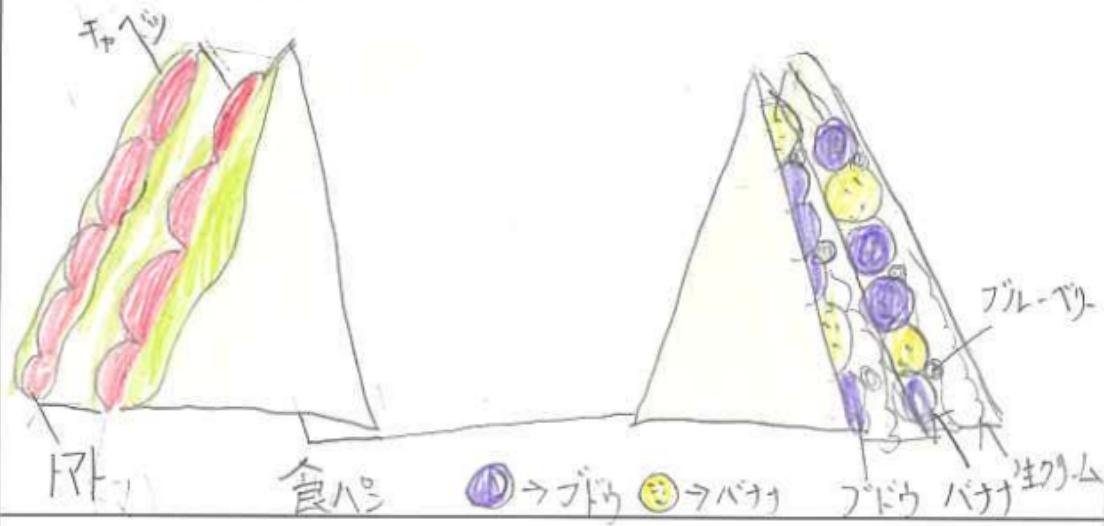
タイトル

西東京市のサンドwich

使用食材

キャベツ、トマト、バナナ、ブドウ、生クリーム、食パン

イラスト



コメント

ぶどうやフルーツをたっぷりつがう。
△
△△

タイトル

じゅか(いもた, ひの) ぱ

使用食材

じゅか(いも トマト チーズ)

イラスト



コメント

じゅか(いも)チーズをたくさんつかう

タイトル

クリスマス ピオサ"

使用食材

チョコレート、キュウイ、レモン

イラスト



コメント

ほくはクリスマスの色をもいました。

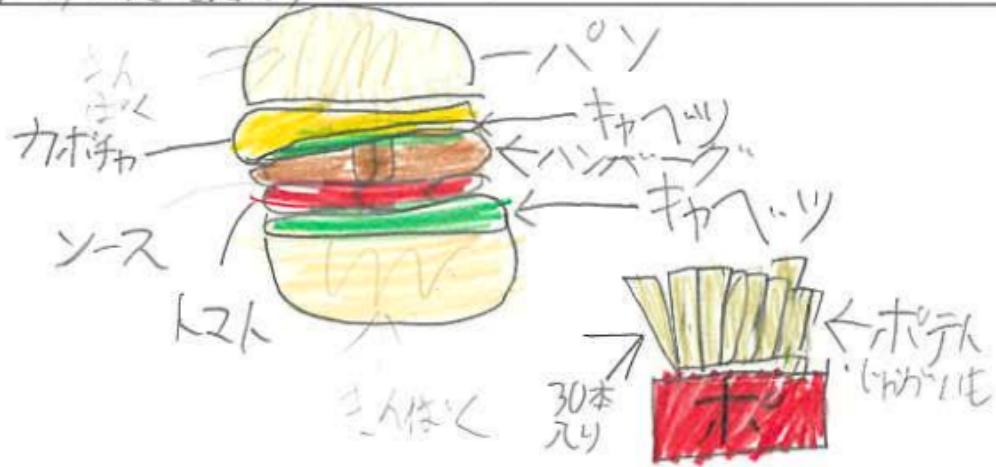
タイトル

夏野菜ハンバーガーとポテト

使用食材

カボチャ・ハンバーグ・トマト・ハンバーグソース・キャベツ
パン・チーズ・きんぴら

イラスト



コメント

みためもしいかと思、大きめにしてき人はくを
つけたり夏野菜を使ってみまじ
高級感を出してみまじ。ハンバーガーあらわに
ポテトもつけ

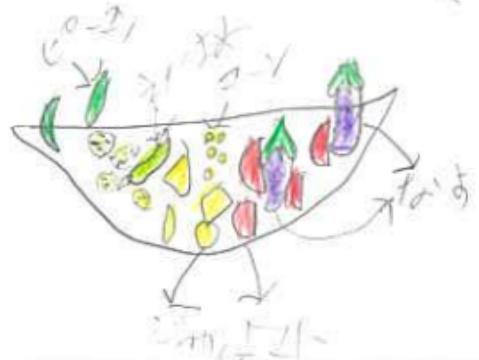
タイトル

野菜たっぷりサラダ

使用食材

えだまめ、ピーマン、じゅかくも、トマト、ナス、しらもの

イラスト



とくにじゅかくもをたくさんつから

コメント

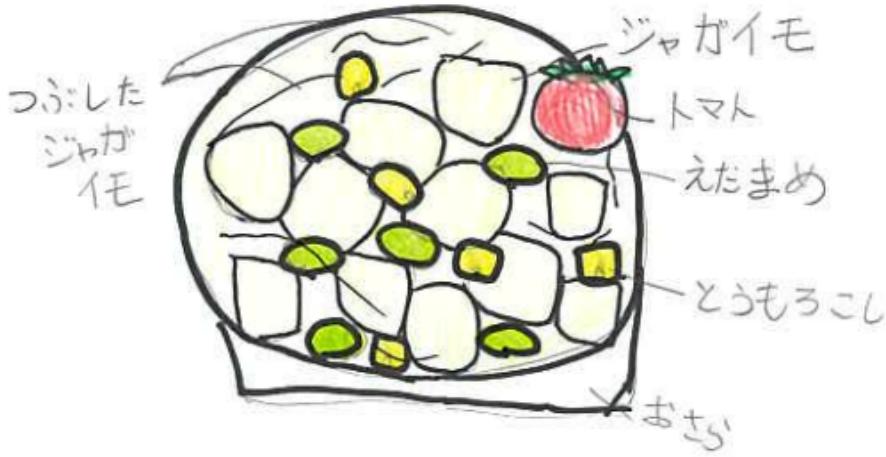
タイトル

西東京野菜たっぷりポテトサラダ

使用食材

えだまめ・じゃがいも・とうもろこし・トマト

イラスト



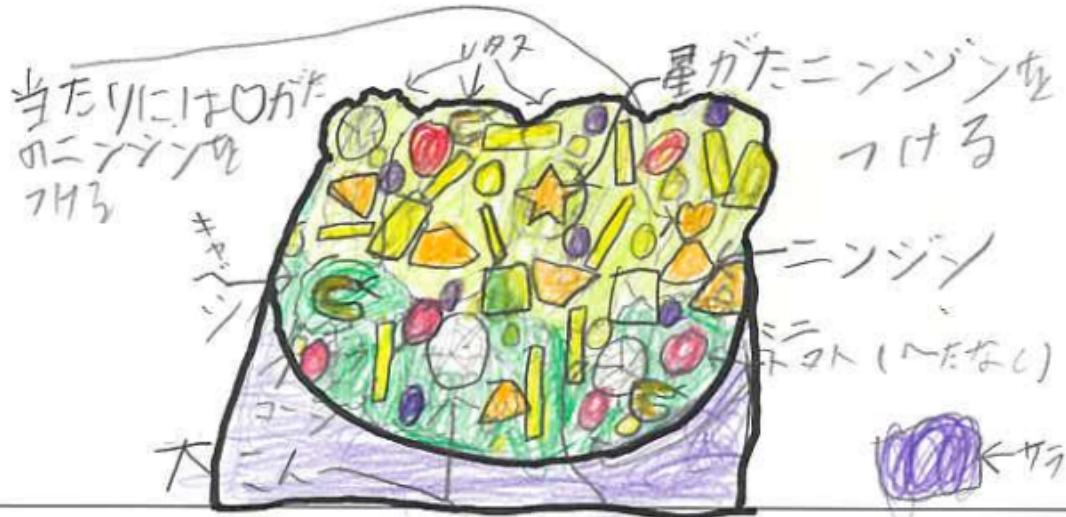
コメント

持ちかえりでできる。
ジャガイモをたっぷりつかう。
すこしコショウを加える。

タイトル 野菜たっぷりカリカリサクサクサラダ

| | | | | | |
|------|--------------|--------------|-------------|-------------|------------|
| 使用食材 | じゃがいも トマト | とうもろこし 大根 | レタス キャベツ | ニンジン チーズ | ふりかけ エビ |
|------|--------------|--------------|-------------|-------------|------------|

イラスト



コメント

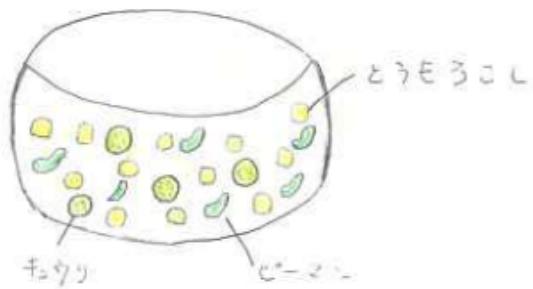
バランスの取れた食事をするためには、色んな野菜を多く食べること。特に下の方には、トマトを1つづつ。

タイトル

とうもろこしのサラダ

使用食材

とうもろこし、じゃがいも、玉ねぎ

イラスト**コメント**

・夏に作る簡単なサラダ。

・トマトやきゅうりと一緒に作ると美味しい。

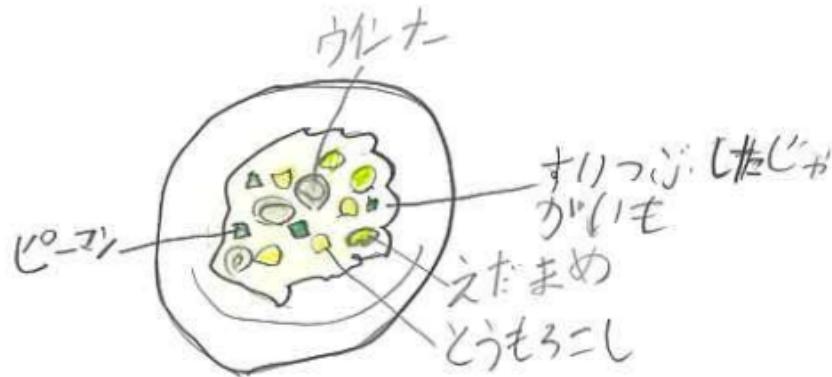
タイトル

カラフルじゃがいもサラダ

使用食材

えだまめ、ジャガイモ、とうもろこし、ウインナー、マヨネーズ、ピーマン

イラスト



コメント

えだまめととうもろこしとウインナーとピーマンをたくさんもいれる
うで下にじゃがいもにマヨネーズをせる。

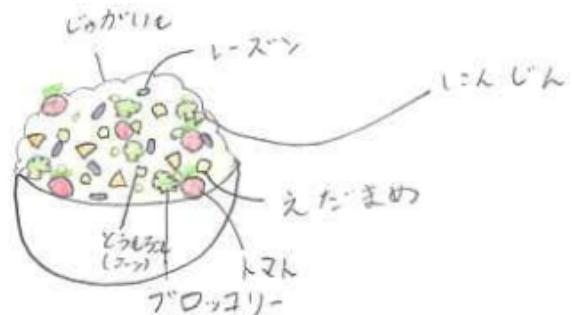
タイトル

西東京 うさこりんのソラノフロッタ

使用食材

とうもろこし、トマト、えだまめ、じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、レースン

イラスト



コメント

にんじんはお花の形！ブロッコリーは食べやすい大きさに
トマトはミニトマト。

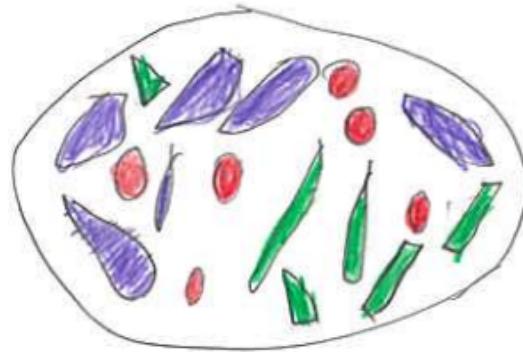
タイトル

ナスと、トマトのサラダ

使用食材

ナス トマト

イラスト



O=トマト
D=ナス
H=キャベツ
L=レタス

コメント

トマトとナスを使ったサラダです。
持ち帰りもできる。

ナスとトマトは多め(“まねば”)

タイトル

西東京トマトスープ

使用食材

トマト、じゃがいも、えだ豆

イラスト



コメント

じゃがいもの形が残っていていいですね。
具材はたっぷりいれる

タイトル

体にしみるとりがらスープ

使用食材

卵、たまねぎ、とりがら、ブラックペッパー(好塩量)

イラスト



コメント

たまごは、トロトロで、たまねぎはシャキシャキで
家で作くれる

| | | | |
|------|---|--|--|
| タイトル | 西東京の野菜たっぷり辛パン風サラダ | 四葉トマト(ホモロ)野菜たっぷりサラダ | じゃがいもチーズパン |
| 使用食材 | かぼちゃ、大根、とうがらし 秋葵、小松菜 | きゅうり、枝豆、トマト、 ニンジン、オクラ、モッツアレラチス、ドレッシング | じゃがいも、ニンジン、バター、 ほうれん草、ベーコン、 |
| イラスト | | | |
| コメント | とうがらしは切り方を変えて もいいです。 「こんど、また作るときに思える料理 にしてください」と 期待しています。 | ドレッシングはかねて かりよくてもいいです。 具材は変えても いいのでおいしく 作ってください！ | いろいろ工夫して作っ てくれば美味しいです。 家でも作れるように、か たんを作り方にして くねると幸運です。 |

まほうのポテトと3つのくわきゅージュース。

梨、ブルーベリー、ぶどう。じゅかいた。



手持ちポテトで、いろいろりんごのスッキリジュースです。

ポテトのソースになすをつぶしたるものもいいかも。

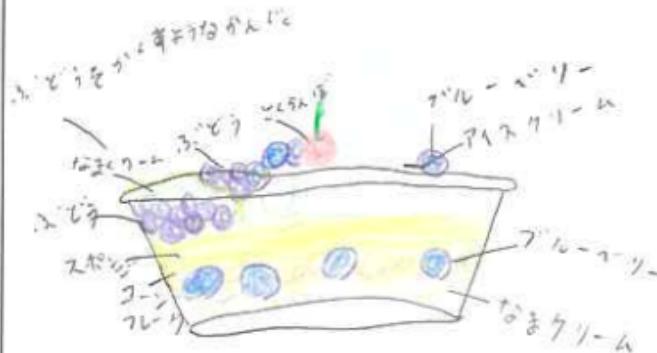
タイトル

カラフルパフェ

使用食材

・なまクリーム、フルーティー、コンフレーク、スポンジ、アイスクリーム

イラスト



コメント

カラフルなイメージのパフェですね。いろいろなおいしさを味わえるようになっています。おいしいものは、わざりませんが、メニューとして、232円。私はうれしいです。

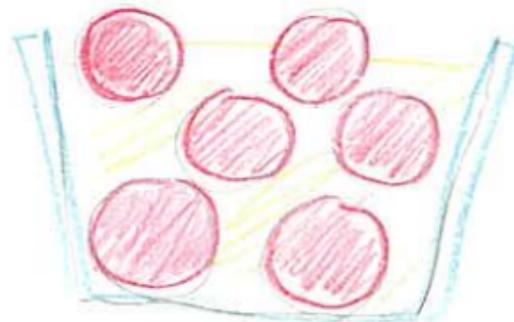
タイトル

ミニトマトのコンポート

使用食材

ミニトマト

イラスト



コメント

ミニトマトを丸ごと使ったデザート!
冷たくすると、よりおいしい!

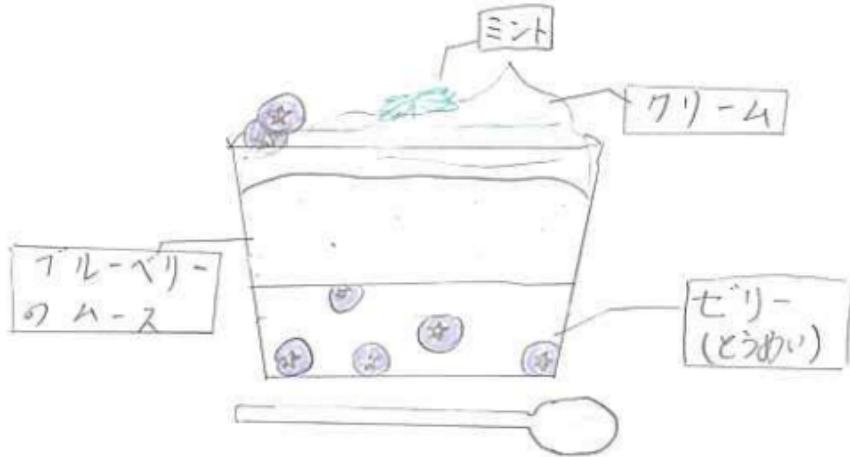
タイトル

ブルーベリーのムースゼリー

使用食材

ブルーベリー・生クリーム・ゼリー・ミント

イラスト



コメント

いいはい! ブルーベリーを使うこと。

暑い日でも、ひんやりリフレッシュ!!

タイトル 夏のくだものたっぷりゼリー！

使用食材 スイカ、ブルーベリー、ぶどう、梨



コメント 夏のくだものスイカ、ブルーベリー、ぶどう、梨を使ったゼリーです。ゼラチン、etc…などを使ってゼリーにする。持ち帰りはできない。

タイトル

~~夏の夜のキラキラゼリー~~

使用食材

- ・生クリーム
- ・セラチン
- ・ブルーベリー
- ・いちご
- ・ぶどう
- ・アラサン
- ・ライター
- ・さとう

イラスト



コメント

夏の夜をイメージしてかきました。

いちごやブルーベリー、ぶどうなどフルーツいっぱいです。
(いちごあめはいちごにあめをコーンシグします。ぶどうあめも同じ)

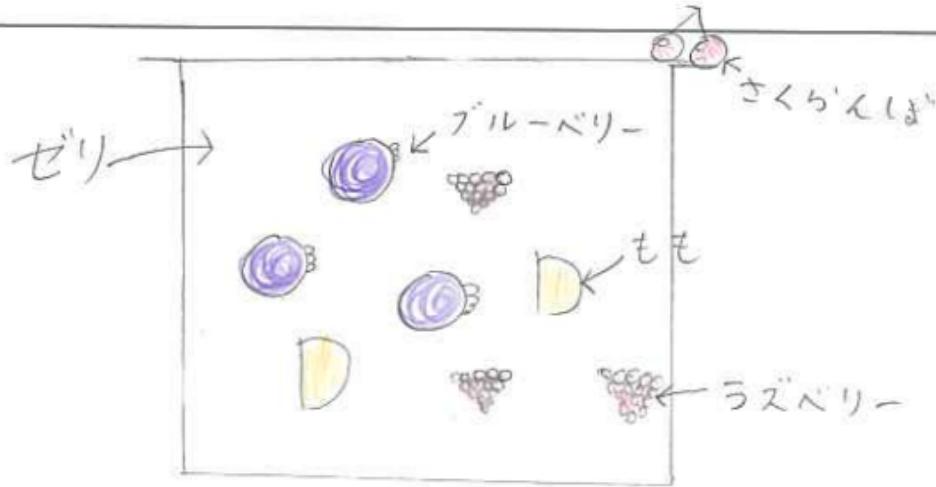
タイトル

フルーツゼリー

使用食材

ブルーベリー、ラズベリー、さくらんぼ、もも

イラスト



コメント

小さい子が好きそうなあまくてフルーツがたくさん入っているゼリー。デザートにおすすめ!!

タイトル

ぬくみちやんやさいクッキー

使用食材

こねぎ、えだまめ、とうもろこしマト

イラスト



コメント

野菜をつかう、やわらかくする。
ぬくもり=5つ入れる。

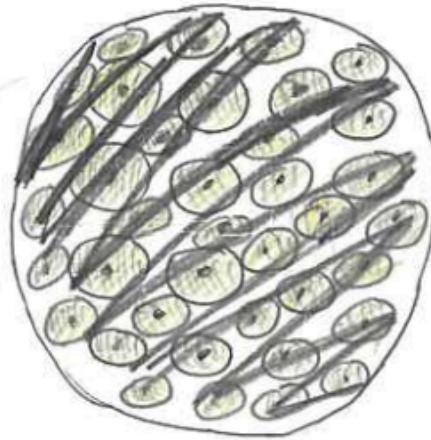
タイトル

西東京おいしいバナナチョコ

使用食材

バナナ、チョコ

イラスト



コメント

バナナとチョコがたくさんある。
トッピングやデコレーションとかが出せるバナナ
とチョコのデザート。

| | |
|------|--|
| タイトル | フリーリツク(の)カリカラリー |
| 使用食材 | なしがく フリーベリーチョコ |
| イラスト | <p>A hand-drawn illustration of a triangular cake. The cake is purple with yellow sides. It has two black dots for eyes and a mouth at the bottom. A hand is shown holding the cake from the bottom right.</p> |
| コメント | でさるだけ大きピラミッド形に 中になしがくを1つ入れる |

| | |
|------|--|
| タイトル | 夏のフルーツかき氷 |
| 使用食材 | 梨、ぶどう、ブルーベリー |
| イラスト | |
| コメント | <ul style="list-style-type: none"> シロップは夏のフルーツをいました。シロップにする。 夏のフルーツをたくさんのせる。 |

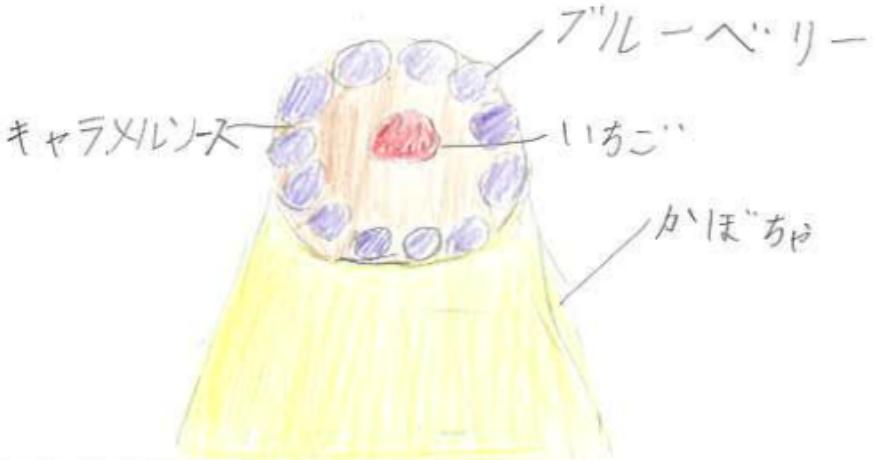
タイトル

くだものたくさんかぼちゃプリン

使用食材

かぼちゃ、ブルーベリー、いちご

イラスト



コメント

野菜も、フルーツも、使う!!

とってもおいしいので食べてください!!

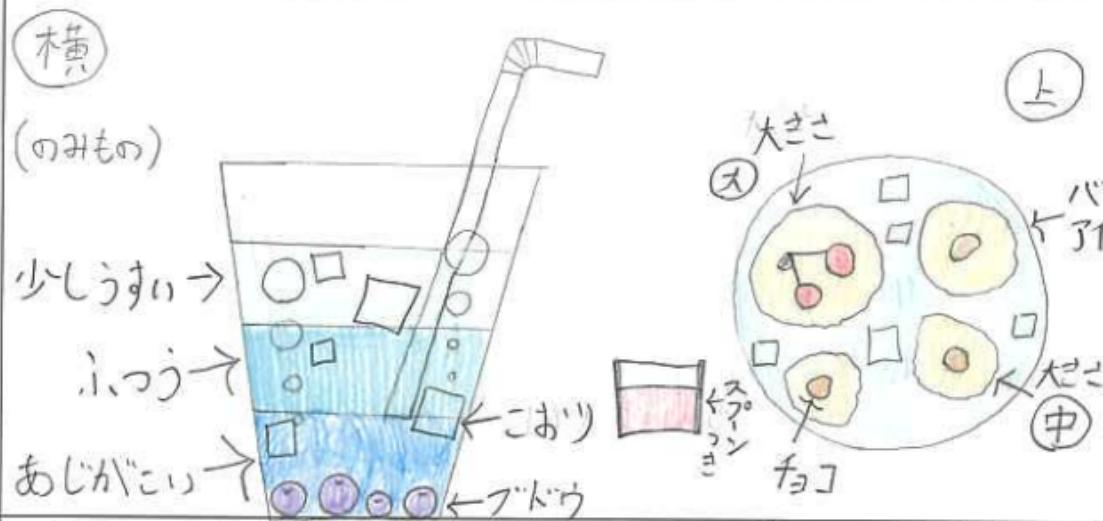
タイトル

海にうがふニクキュン

使用食材

・フードウ・チョコ・サクラランホ・アイスクリーム

イラスト



コメント

のみものの色(あじ)はなんでもいい。カラフルに。かわいく(ニクキュン)
 フードウはピオカでもいい。
 ゼリーをつけること。(手作り)(小さいスフレをつける)
 あじはなんでもいい。
 フードウがピオカだとストローと大きくすること。

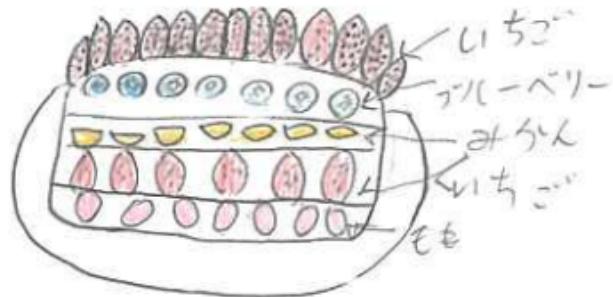
タイトル

フルーツたくさんケーキ

使用食材

イチゴ、ブルーベリー、みかん、もも

イラスト



コメント

- いちごがメイン。いちごをたくさん使う。
- いろんなフルーツを使う。中は果物と生クリーム。

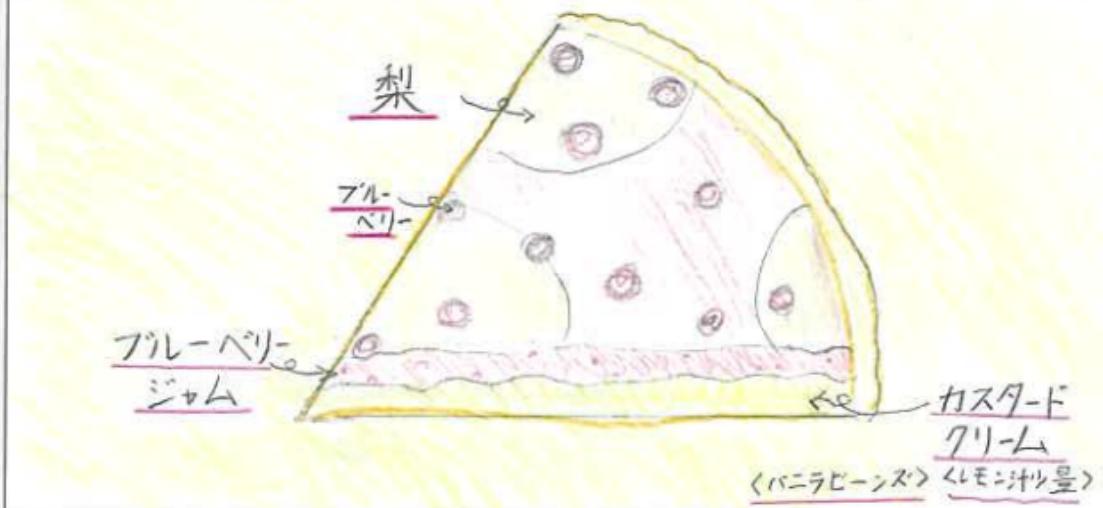
タイトル

梨とブルーベリーのサッハリタルト

使用食材

梨、ブルーベリー、(カスタードクリーム)(ブルーベリージャム)

イラスト



コメント

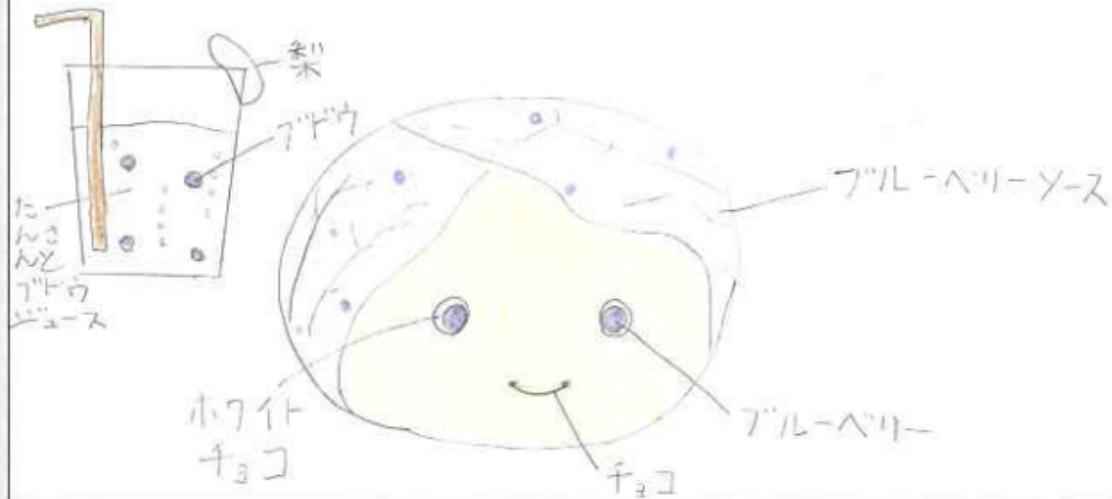
夏に近づいて来ているのでサッハリ仕上げる!
また、カスタードクリームにレモン汁を少量入れ
サッハリするようにする。

タイトル

めぐみちゃんフルーティーパンケーキとショウガジュース

使用食材

フルーティーパンドウと梨

イラスト**コメント**

パンケーキ
フルーティーパンソースの上に何とかフルベリーをのせる。
このチョコはチョコペンで書く。

ストローはかみストロー カップのはじに糸をさす

パンドウはどのままいれる 小さいパンドウと大きいパンドウをいれる。

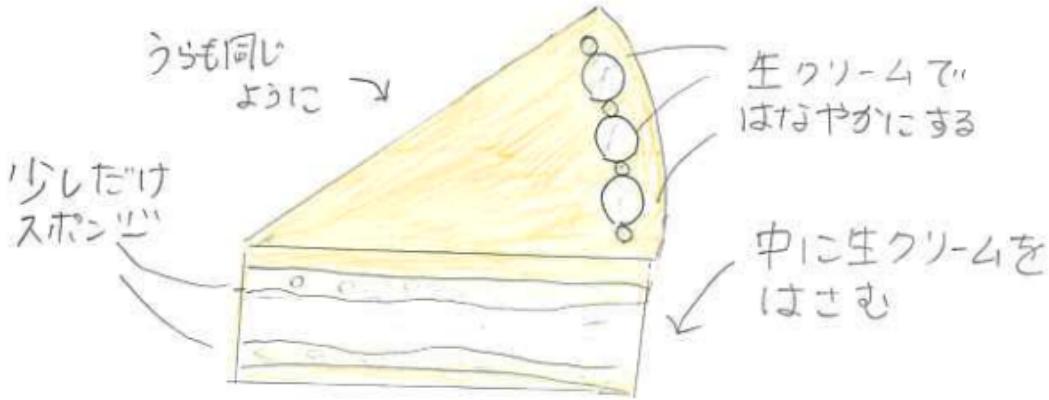
タイトル

あまくておいしい！ 西東京・かぼちゃケーキ

使用食材

・かぼちゃ（生クリーム）・スポンジ（ケーキ）

イラスト



コメント

旬のかぼちゃを使った、とてもあまくておいしい
ケーキ!! シンプルで食べやすい!
生クリームで少しはなやかに!!

| | | |
|------|------------------------|------------|
| タイトル | フルーツたくさん生クリーム入りタルト | |
| 使用食材 | 生クリーム、ぶどう、ブルーベリー | |
| イラスト | 横から見た時 | 上から見た時 |
| コメント | フルーツをたくさん使う。バランス良く並べる。 | |

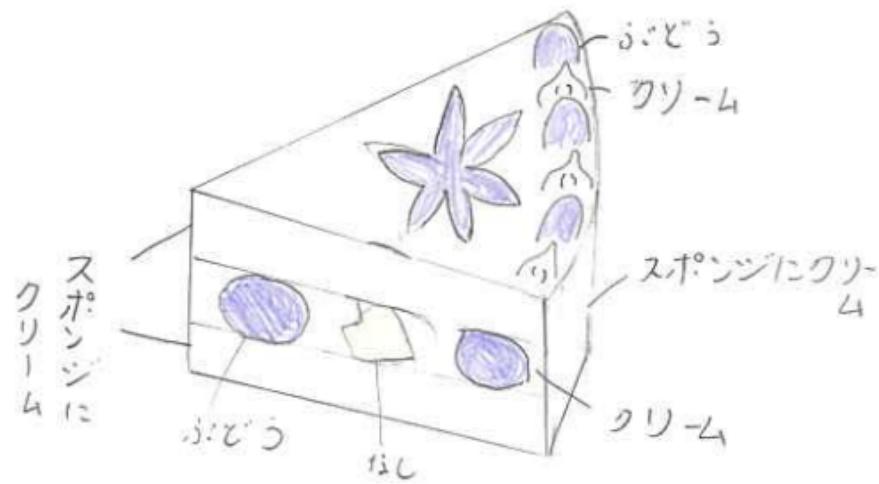
タイトル

フルーツいっぱい ケーキ

使用食材

ぶどう、なし、生クリーム

イラスト



コメント

・上のお花の形をしたぶどうは ~~は~~ こんなかんじに切りきりまでさ30
・ぶどうとクリームがこうこにあるところはあいだをつめて作る!

タイトル

西東京市のやさはあられるパンケーキ

使用食材

えだまめ、とうもろこし、ブルーベリー、うどん

イラスト



コメント

子どもが好きなおいごでまいしくやさしくなるようだ。

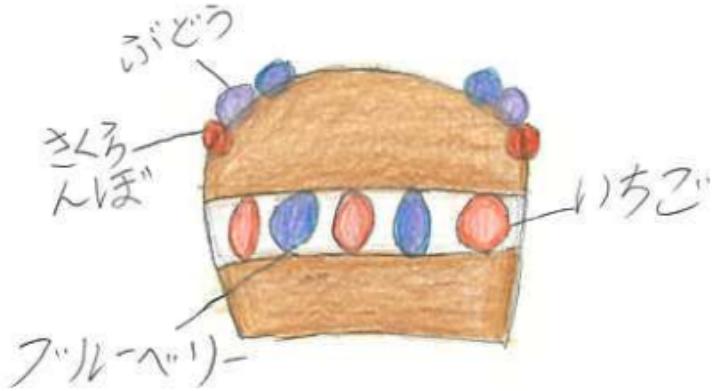
タイトル

果物たっぷり西東京カップケーキ

使用食材

ブルーベリー、さくらんぼ、ぶどう、いちご

イラスト



コメント

旬の果物を使った甘いケーキ!
持ち帰りまでできる!

タイトル

フルーツチルドドリームめぐみちゃんタルト

使用食材

ブルーベリー・バナナ・なし・キュウイ・ゼリ

イラスト



コメント

夏のフルーンで、めぐみちゃんのかよをつくった
んしました。食べてみたら、

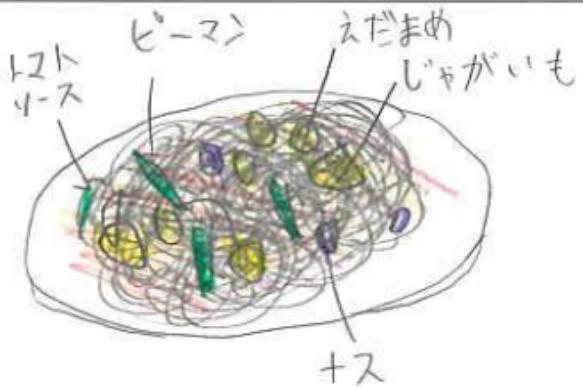
タイトル

西東京夏野菜パスタ・フルーツゼリー・サラダ

使用食材

パスタ、えだまめ、ピーマン、トマト、ナス、キャベツ

イラスト



コメント

トマトでトマトソースを手作り!
デザートはフルーツゼリー、寒天で作っても! ブルーベリーは皮ごと!
僕には絵のセンスがないので、よく分かりにくいかもしれません。
※ かすみパスタはありません! ご自由に!

タイトル

ほじかたピサ

使用食材

チーズ、トマト、ハシゴレ

イラスト



コメント

チーズが美味しいからみんながおいしく食べれるように★

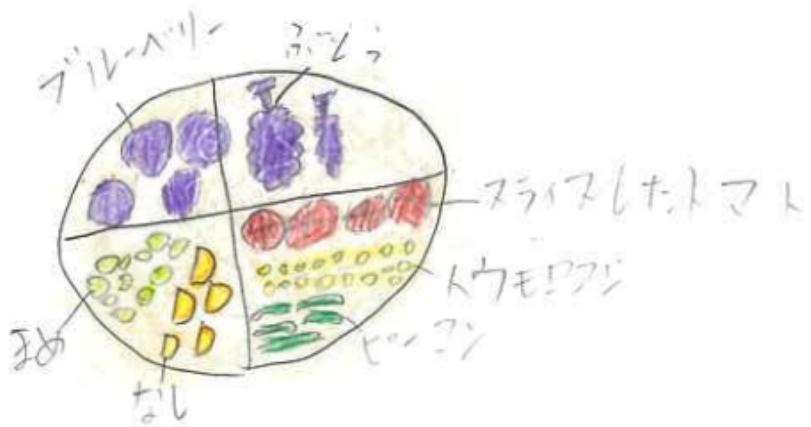
タイトル

ワイルドピザ

使用食材

えだまめ、ピーマン、ぶどう、ブルーベリー、梨、トマト、トウモロコシ

イラスト



コメント

いろいろな物をのせました。
できたら食べたいです。

タイトル

めんたい好きチーズたっぷりピザスイ

使用食材

チーズトマトコーンベーコンピーマン

イラスト



コメント

チーズをたくさん使って作る
チーズが好きさんにオススメ

タイトル

ベーコンピザ

使用食材

トマト じゃがいも ピーマン ベーコン

イラスト



コメント

夏の野菜を使ったベーコンピザです。持ち帰りもでお

タイトル

西東京野菜 液し串がセット

使用食材

ピーマン、玉ねぎ、トマト、ミニトマト、ナス、こまつな、もやし、ぶどう、ブルーベリー

イラスト



コメント

野菜たっぷりのソース(甘から)をめんにかけて食べる! マヨネーズ(かうのる)ソース(みりんやしうりなどてごめつ)(ソースの野菜といふみじん切り)もやし小まつなにツナなどを組み合わせた一品。
ブルーベリーをふんだんに使ったゼリー ぶどうたさんソース

タイトル

夏野菜マーボース

使用食材

ナス、とうもろこし、ピーマン

イラスト



コメント

ポイントは、口直しに「ヌルヌル」を入れてみました！

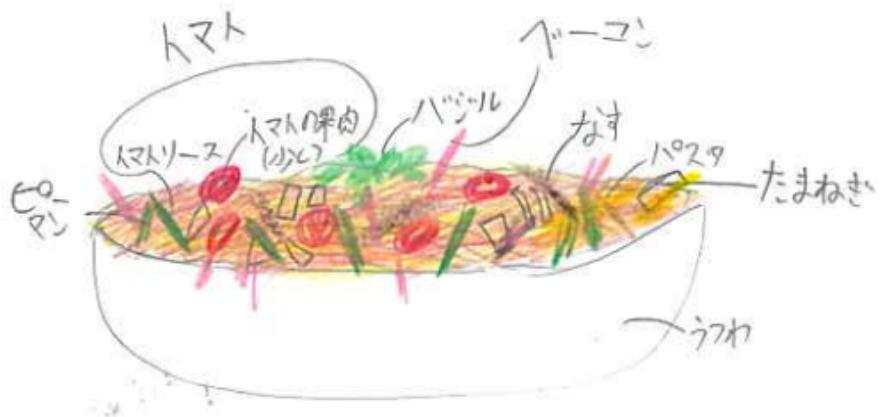
タイトル

西東京野菜がたくさん入ったトマトパスタ

使用食材

トマト(リース用)(果肉セロリ)なす、ピーマン、たまねぎ、ハジル(トマトソース)
ペーパン

イラスト



コメント

西東京市の夏野菜をたくさん入ったパスタです。

トマトソースや味付け、具材などは変えたりしていたりしても大丈夫です。
なす、ピーマン、たまねぎをたくさん使ったときも、ペーパンも。
めぐみちゃん事業さんはうってつけ!!

タイトル

西 東京いろどりたきこみご飯

使用食材

えだ豆、とうもろこし、にんじん

イラスト



コメント

いろどりをよくする。野菜をたくさん使う。
持ち帰りもできる。

タイトル

オカカニ は し

使用食材

か ま が し、レ フ ジ 油、コ ハ し

イラスト



コメント

か み ち い

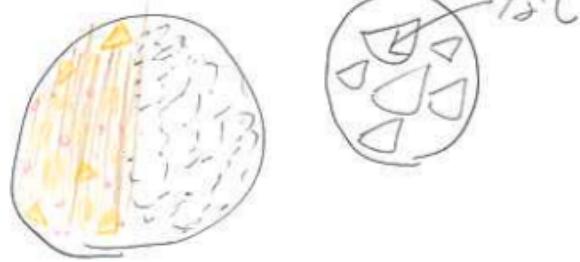
タイトル

なつかしい学校カレー

使用食材

じゃがいも・トマト・にんじん・なし

イラスト



コメント

人がなつかしいなーと小学生のころを思い出してしまふよな
カレー。トマトは、風味がねでいいので入れる。なしは、お口なれに
どうぞ。お持ち帰りOK

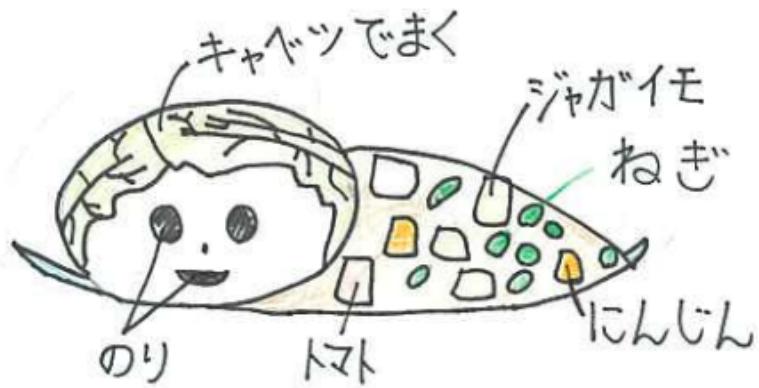
タイトル

食べたくなるりめぐみちゃんカレー

使用食材

じゃがいも、トマト、にんじん、たまねぎ、キャベツ、のり

イラスト



コメント

トマトは小さめ!! ねぎは小さめのふつうの量で!!
にんじんも小さめ!! トマトはカレールーにしみこませる!!
じゃがいもはちょっと大きめ!!

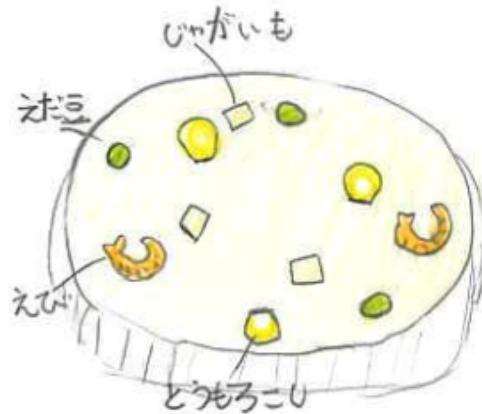
タイトル

西東京じゅん野菜たこりグラタン

使用食材

とうもろこしえだまめじゃがいもえび

イラスト



コメント

野菜をたくさん使う。

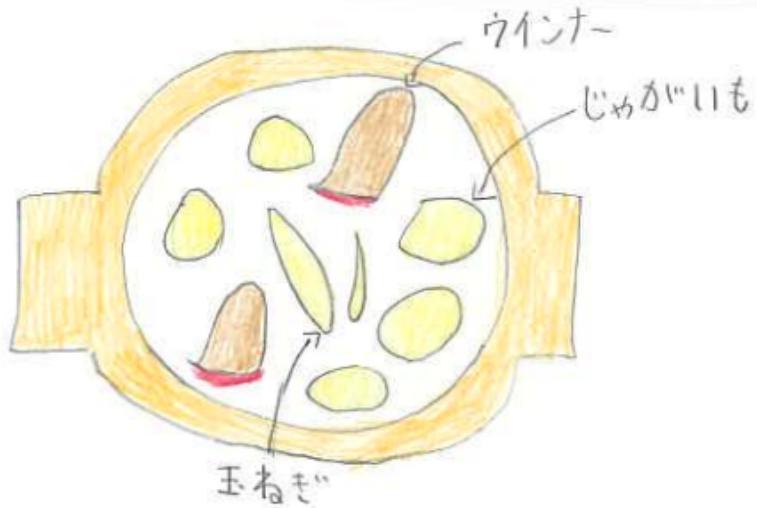
タイトル

西東京市 3つの組み合わせ

使用食材

じゃがいも、ウインナー、玉ねぎ

イラスト



コメント

ウインナーを小さく切る。
玉ねぎを細く切る。
じゃがいもを、三角形に切る。
ごま塩をかけて、味付けする。

タイトル

たまねぎのステーキ

使用食材

たまねぎ、ナス、バジル、しょう油

イラスト



コメント

波ずつ食べるとおいしいです。

波目はチーズを省いて食べてください。たまねぎのソース
波目はチーズと一緒に食べてください。ナスの油がすごく美味しい
波目はチーズと一緒に食べてください。

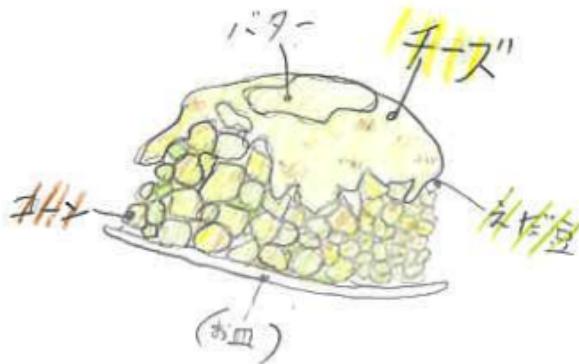
タイトル

コーンスナックのトロ~リ
バターチーズ

使用食材

コーン、えだまめ、バター、チーズ

イラスト



コメント

コーンとえだまめをバターとからめあわせる。
コーンとえだまめにこけめを少しつける。さいごに、
チーズを上からトロ~リとかける。

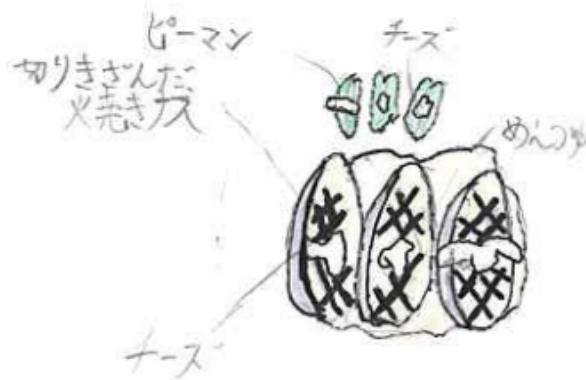
タイトル

ナスとピーマンのチーズ焼き

使用食材

ナス、ピーマン、チーズ、めんつゆ

イラスト



コメント

ナスすきを切りきざむことで中までチーズやめんつゆがしきわたる!

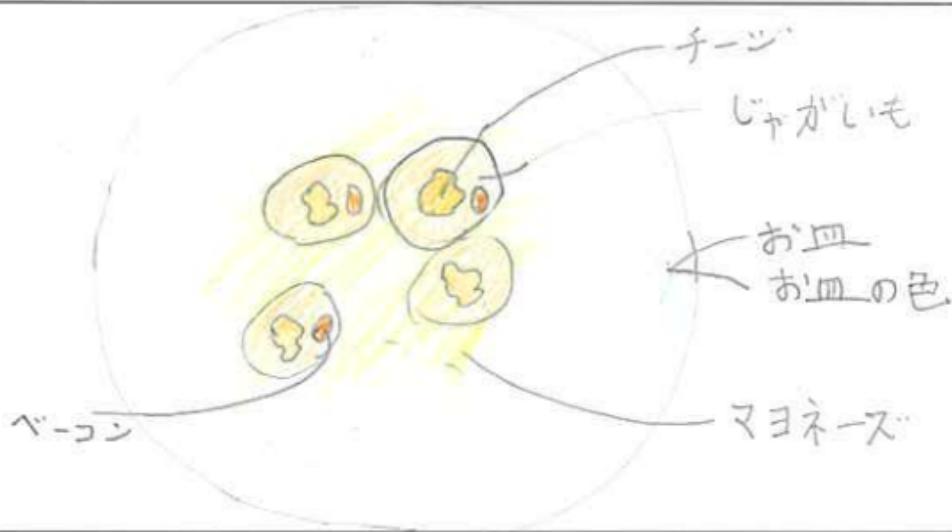
タイトル

とろとろチーズじゃがいも

使用食材

じゃがいも、チーズ、マヨネーズ、ベーコン

イラスト



コメント

じゃがいもは、七カット使う。
チーズとマヨネーズは、いっぷい使う。

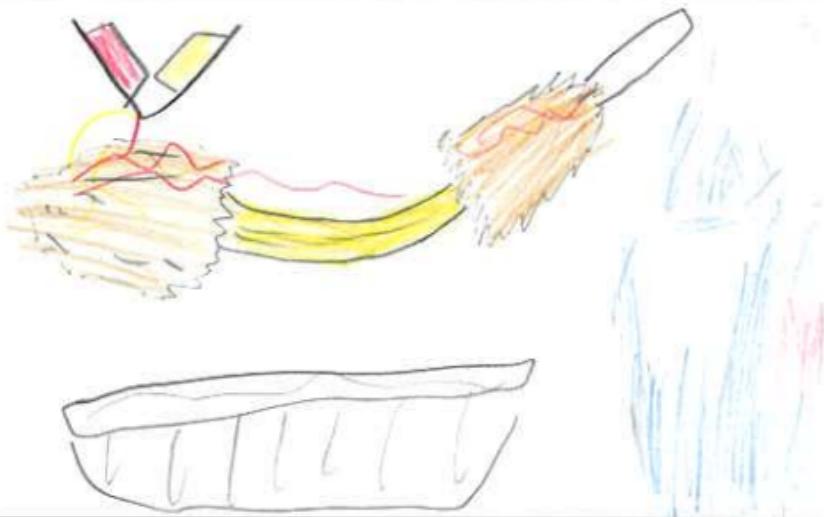
タイトル

チーズドッグ

使用食材

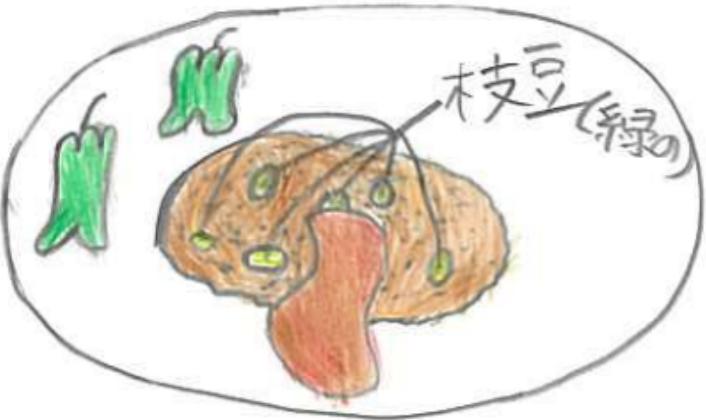
チーズ、マスタード、ケチャップ

イラスト



コメント

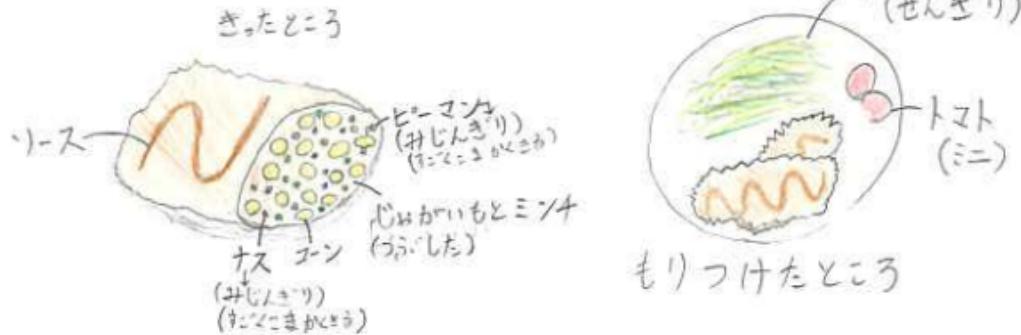
中にチーズをいはれれる。

| | |
|------|---|
| タイトル | じゃがいもペーストと枝豆のハンバーグ <small>ねこ-マン</small> "を添えて |
| 使用食材 | えだ豆、じゃがいも(つぶしたの)、肉(牛挽ばね豆) |
| イラスト |  |
| コメント | ハンバーグの元々の味は変わらず、 じゃがいもや枝豆を使って栄養価が上がり ました!! |

タイトル みじん切りピーマンとナス入りコーンたっぷりコロッケ

使用食材 ジャガイモ、ミニチ、コーン、ピーマン、ナス、キャベツ、トマト、うつうのコロッケに使うもの、ソース

イラスト



コメント

ピーマンが苦手な人がタタイと思うので、苦手な人も食べやすいようにピーマンをみじんぎり(すごく細かく)にしました!
持ち帰りもできる。

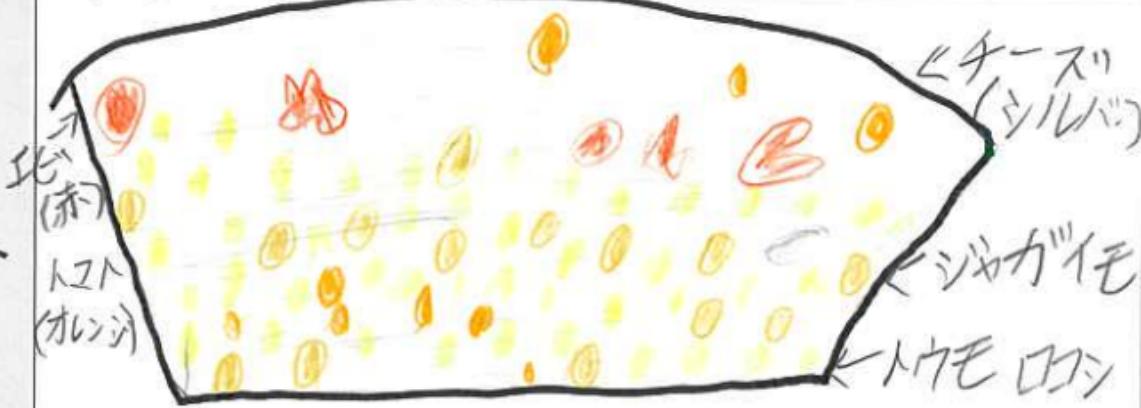
タイトル

夏野菜のグラタン

使用食材

チーズ、トウモロコシ、じゃがいも、トマト
エビ

イラスト



コメント

チーズとトウモロコシやトマト、じゃがいも
エビなど、の色マゼしそうでいいをつ
かって

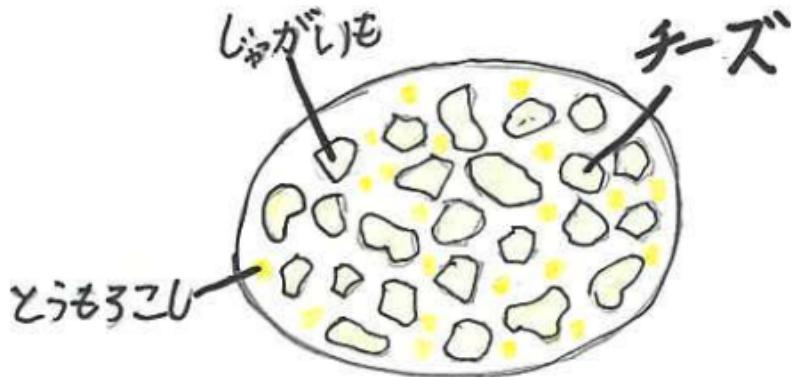
タイトル

じゃがいもゴロゴログラタン

使用食材

じゃがいも、とうもろこし、チーズ

イラスト



コメント

じゃがいもをいっぱい使う。

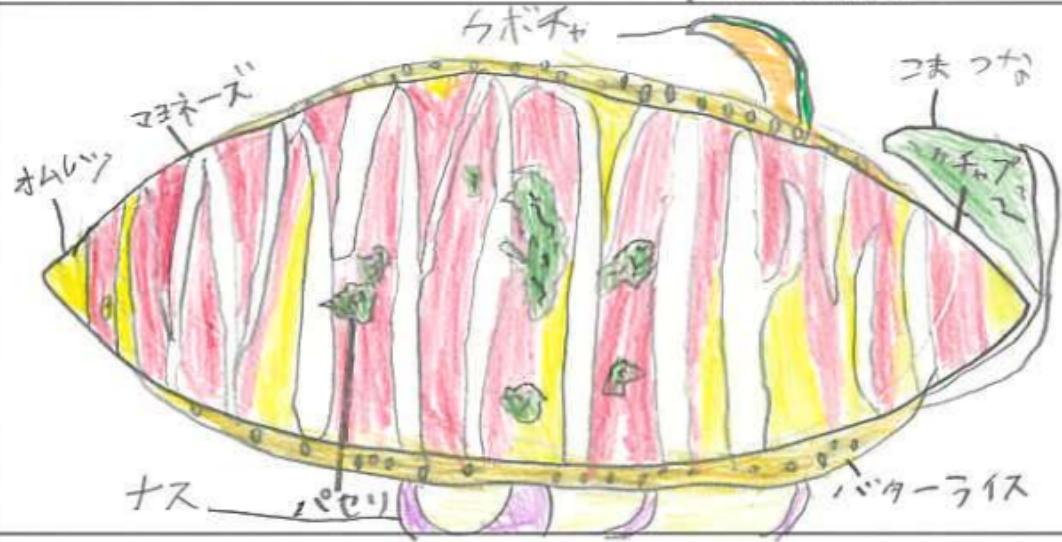
タイトル

ブンレムーンオムライス

使用食材

(チーズ、たまご、マヨネーズ、ケチャップ、セロリ、トマト、ナス、バター、米)
チーズ、たまご、マヨネーズ、ケチャップ、セロリ、トマト、ナス、バター、米

イラスト



コメント

チーズたまご

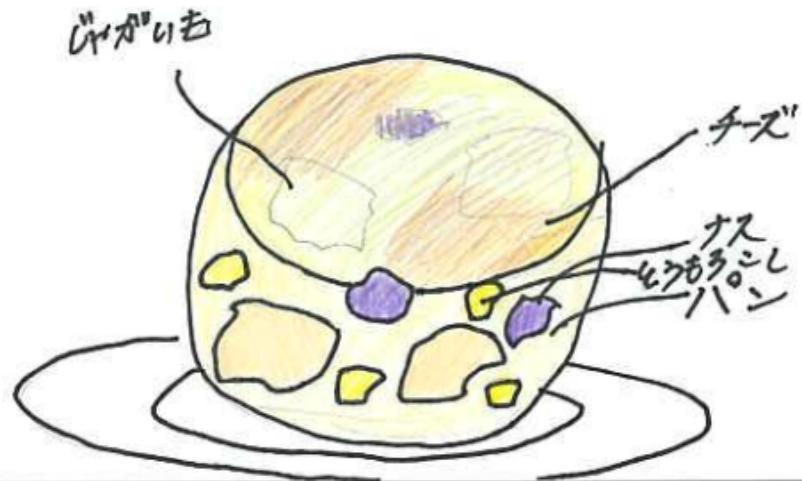
タイトル

モチモチ食感の「パン」ラタン。

使用食材

じゃがいも、たまご、とうもろこし、チーズ、塩、こしょう、牛乳(ワニバタ)

イラスト



コメント

- ・れいわパンを使う。
- ・チーズは好みでこけ目をつける。
- ・とうもろこしをたっぷり使う。
- ・中はトマトのソース。

- ・手作り感で作る。
- ・チーズをたっぷり使う。
- ・じゃがいもはひとさじゆびの1かんじで分くらいの大玉に切る。
- ・とうもろこしは1つ3/4(75g)にしていい。

タイトル

ふわふわオムライス

使用食材

たまご、たまねぎ、とり肉、ケチャップ、ごはん、バター

イラスト



コメント

たまごを ほんじょくにする!

バター かかく味!!

| | |
|------|---|
| タイトル | 具材たっぷり、じゃがいも焼き |
| 使用食材 | じゃがいも、ベーコン、明太子、パセリ、チーズ |
| イラスト | |
| コメント | <p>じゃがいもとチーズの王道レシピ♪このレシピにすこしアレンジしてみました。ベーコンは、ピリ辛な明太子とマッチしておいしいです。今はいいチーズを使って食べてほしいです。 (ベーコンとパセリはほとほとにお使いください)</p> |

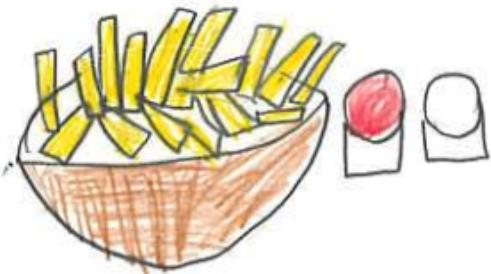
タイトル

夏のじゃがいもフライドポテト

使用食材

じゃがいも

イラスト



コメント

じゃがいもいい、はい

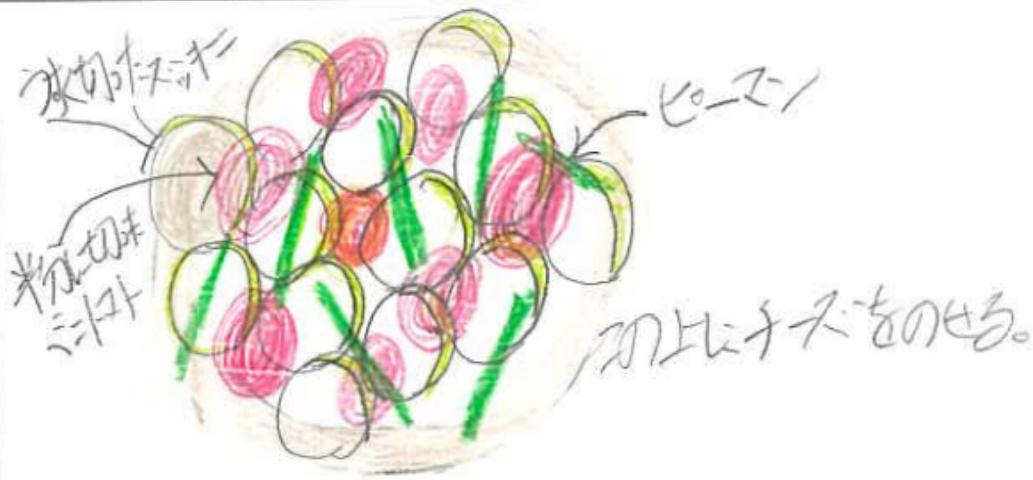
タイトル

チーズ・ズッキニ焼き

使用食材

ピーマン トマト、ズッキニ、チーズ

イラスト



コメント

一つずつれりと焼く。ズッキニを最初に盛り付けて
の上にトマト、ピーマンのせり、ついでチーズを
のせる。

タイトル

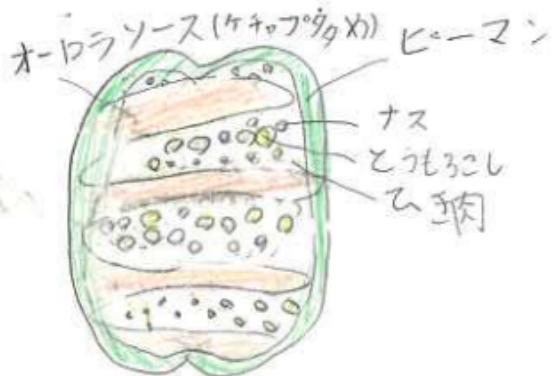
西東京オロラピーマン

※しうこうたい注意

使用食材

ピーマンナス、とつもろこしひき肉

イラスト



コメント

ひき肉とナスとつもろこしをまぜたものをたくさん入れる!
持ち帰りもできるようにする。

| | | |
|------|---|-----------------------------------|
| タイトル | シチューパン(スーパー) キャラリーケーキ | |
| 使用食材 | フロッギー、キュウリ、チーズ、トマト、バター、オクラ | 緑色のクリーム、スポンジ、小麦 |
| イラスト | | |
| コメント | 中にスーパーを入れて野菜たっぷりの夏パン!! お持ち帰り用チーズがいよいよ間にぎっしり!! | キャラリのよつば見たに、甘いクリーム、緑色のクリームで外見重視!! |

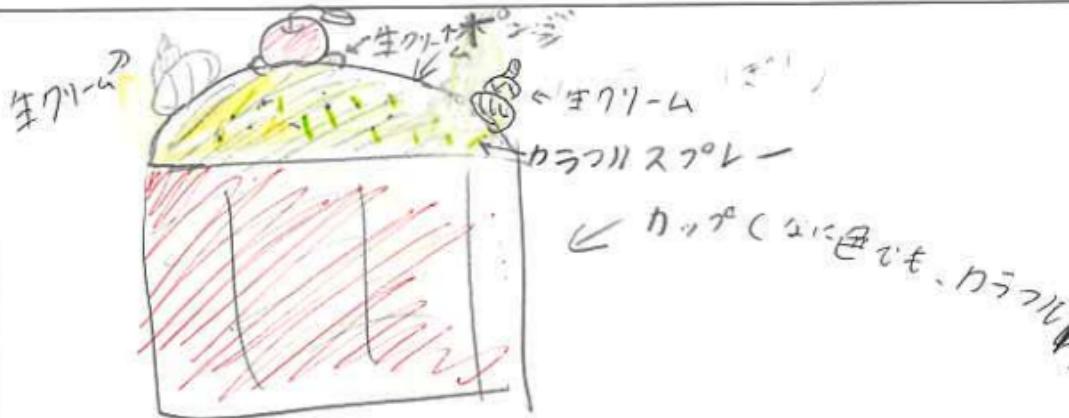
タイトル

カラフルカップケーキ

使用食材

生クリーム、グラスベリーフラッペ、カラフルストロー、スポンジ(カップ)

イラスト



コメント

自分が見てよいことに、なぜかみんなは、さうがやが
よいがで、いそいで食べねば、よいしいと思います!!

タイトル

くだものたっぷりタルト

使用食材

いろいろなくだもの(ぶどう・マンゴー・いちご)
タルト

イラスト



コメント

いろいろなくだものを入れる。

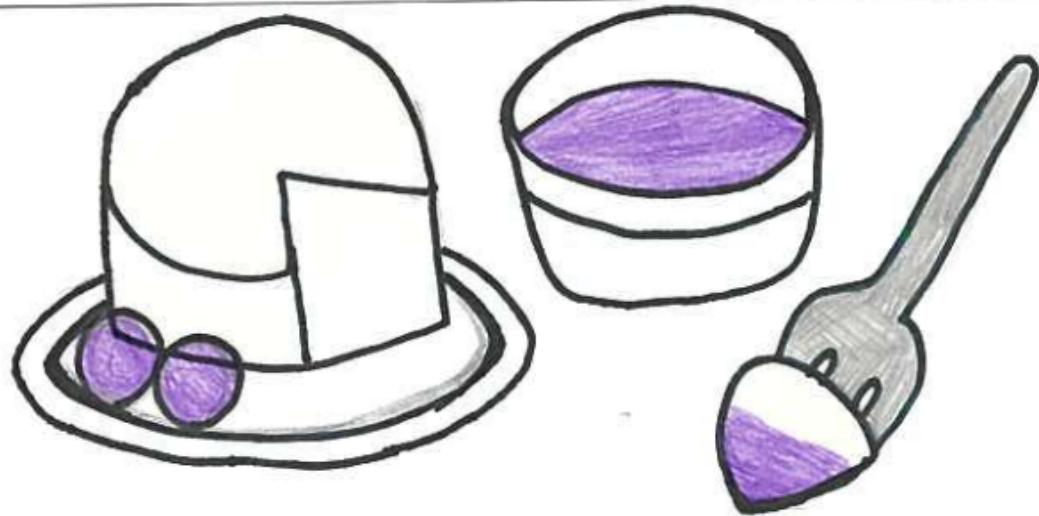
タイトル

豆乳レアチーズケーキ スペシャルブルーベリーソース

使用食材

ブルーベリー、豆乳、クリームチーズ、卵

イラスト



コメント

チーズケーキは牛乳ではなく豆乳を使ってヘルシ
にカロリーをおさえました!!
ソースは匂のブルーベリーを使いました!!

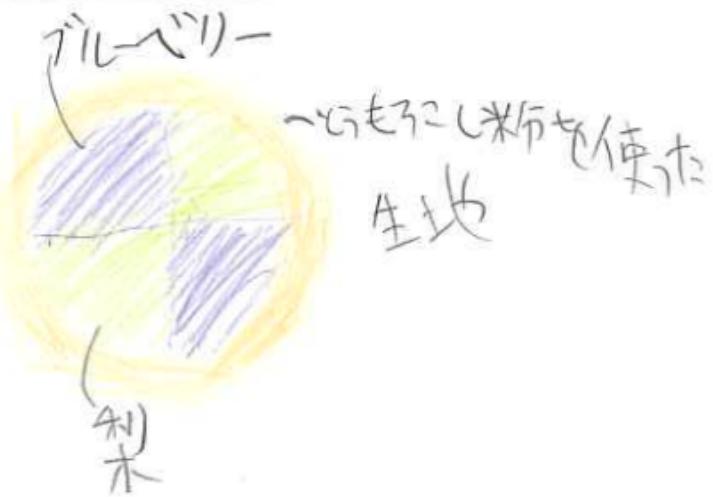
タイトル

夏のめぐみのパイ

使用食材

いちじく、梨、ブルーベリー

イラスト



コメント

いちじく・梨をかぶせた

直径13cm～15cmの大きさにね！

タイトル

ブルーベリーカップケーキ

使用食材

ブルーベリー

イラスト



コメント

ブルーベリーを中心にもたくさんいれる。
酸味のあるカップケーキ！