

タイトル

西東京市野菜入りビッグバーガー

使用食材

パン、ごま、トマト、レタス、チーズ、コーンとピーマン入りハンバーグ

イラスト



コメント

野菜もその他も全部一気にはさむ！持ちかえりOK!
みんなきれいなピーマンも、ハンバーグと食べられる。

タイトル

なしとブルーベリーのデニッシュ

使用食材

なし、ブルーベリー、レモンのかわ

イラスト



10cm x 5cm
の正方形

コメント

なしとブルーベリーのコンポートにレモンのかわをいれて
香りをつけました。
サクサクのパイとはいしょうバツグンです。

タイトル

梨とブルーベリーのムースパフェ

使用食材

梨、ブルーベリー、生クリーム、さくらんぼ

イラスト



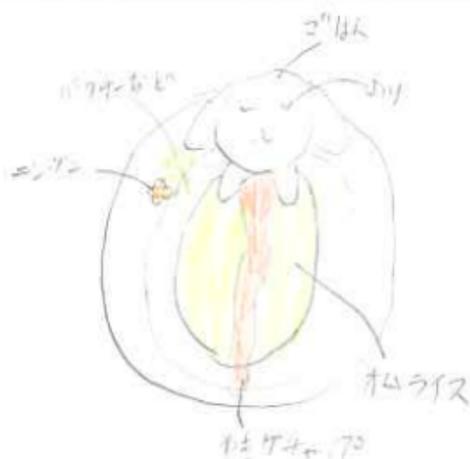
コメント

梨のムースとブルーベリーのムースの間にスポンジがあるのがポイントです。いつも考えてはみるものの、作りが難しいかと思っ出ていきせんでしたが今回は勇気を出してみました。

タイトル 犬のおむらじ

使用食材 白ごはん、パフチーなどのひやまけち、オムライス、ニンジン

イラスト



ひやまけち、オムライスはとろとろで！

コメント

タイトル

フルーツ かき氷

使用食材

ぶどう、スイカ、ブルーベリー、梨、おこのみシロップ

イラスト



コメント

ビタミンも水分も取れるので、暑い夏を乗り切れます。

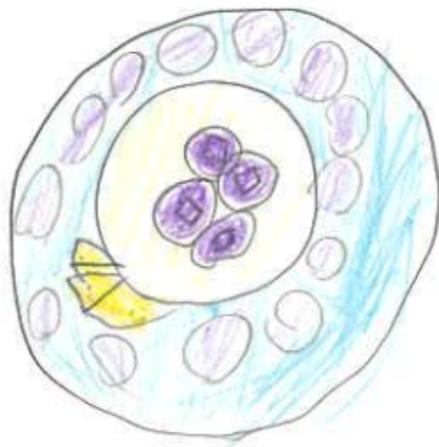
タイトル

夏のくだもめパフェ

使用食材

バニラアイス、ぶどう、ブルーベリー、梨

イラスト



コメント

タイトル

西東京夏にぴったりシャーベット

使用食材

キャベツ、トマト、なし、かぼちゃ、とうもろこし、ぼどろ

イラスト



コメント

トマト、かにかかてな、あたして
もおいしくたべられる

タイトル

シュワシュワ フルーツポンチ

使用食材

トマト・ナシ・ブドウ・オレンジ・白玉

イラスト



コメント

しゅわしゅわしてる。 ・オレンジが1寸いてる
さくらんぼがのっかしてる。

タイトル	夏ばてほろし! ぶどうジュース	利 木シャーベット
使用食材	ぶどう	梨
イラスト		
コメント	ぶどうの果肉入りで、 ぶどうの食感も楽しめる。 持ち帰りもできる。	夏に暑い日にオススメ。 持ち帰りもできる。

タイトル

なっをかんじるチャーベット

使用食材

さくらぼも

イラスト



コメント

タイトル

西東京 カラフル ジェラート

使用食材

ほうもろこし、カボチャ、枝豆、小松菜、梨、トマト、ミルク、ワリム

イラスト



コメント

野菜をおいしく食べられるアイス!

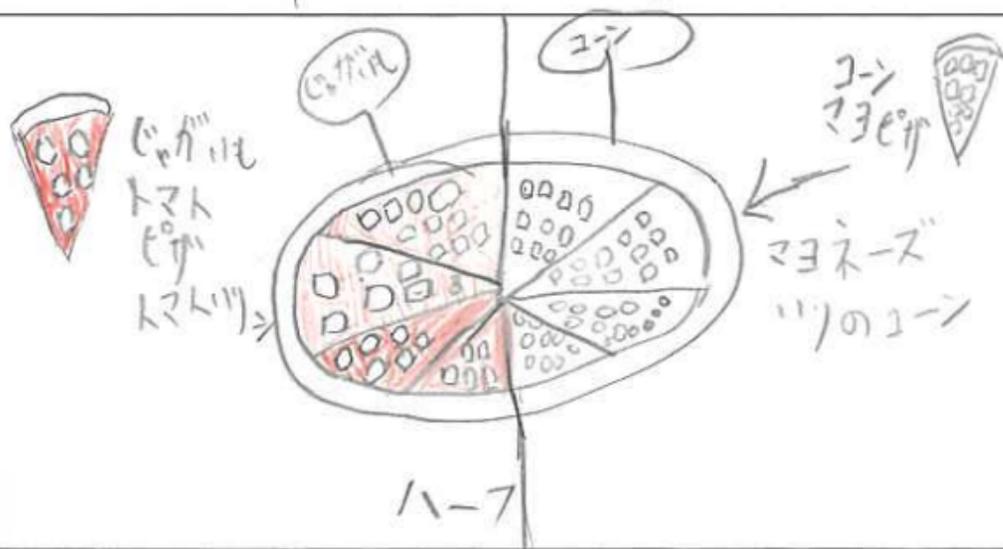
タイトル

じゃがいもトマトとコーンマヨネーズのハーブ

使用食材

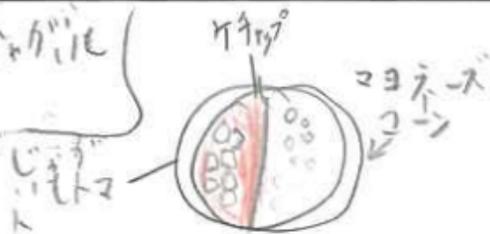
じゃがいも、トマトソース、コーン

イラスト



コメント

コーンとマヨネーズのピザとじゃがいも
トマトソースのハーブになっている
から2つのあじがまじり合える。



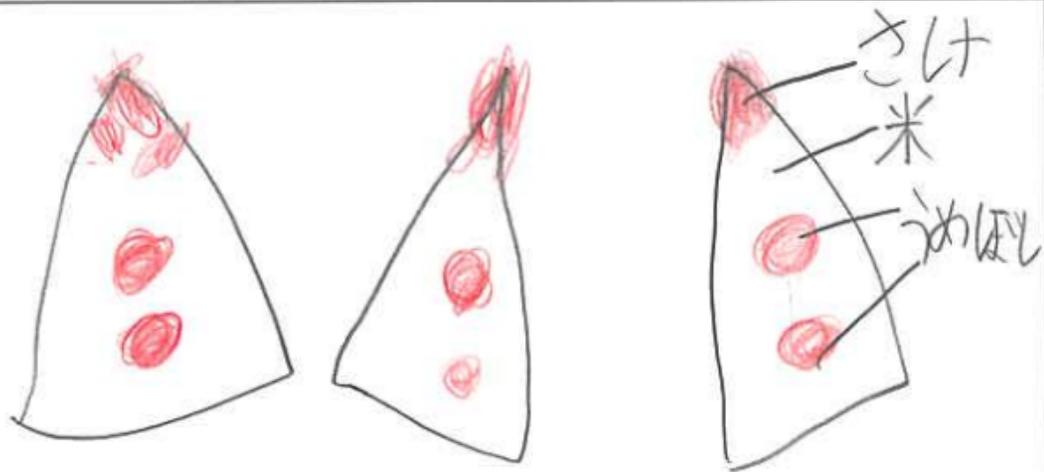
タイトル

米たっぷりさけおしにぎりにうめぼし

使用食材

さけ、米、うめぼし

イラスト



コメント

うめぼしを2こ入れる。さけを一番上に
たくさんのせる。米もたっぷりかきこむ。

タイトル

枝豆と梅ごはん

使用食材

枝豆、白米、梅

イラスト



コメント

西東京市は、枝豆が有名なので、枝豆をいれました。梅は枝豆と、あいしょうが良いとおもいました。

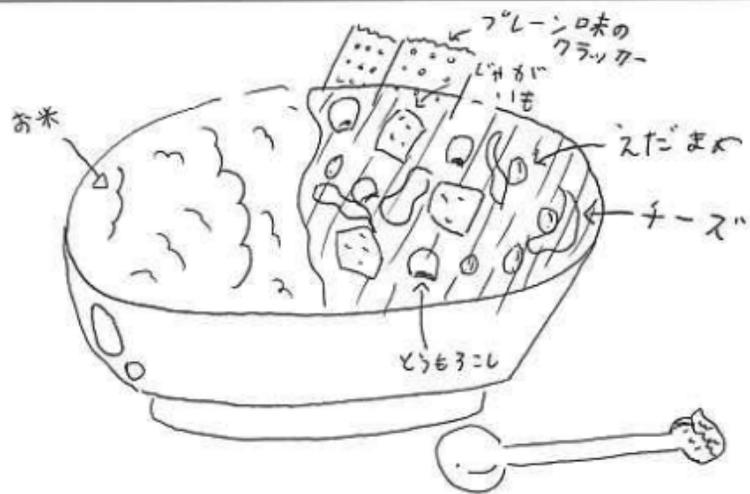
タイトル

野菜たっぷりクラッカー・カレー

使用食材

とうもろこし、じゃがいも、えだまめ、クラッカー、チーズ、お米

イラスト



コメント

できるだけ少し甘^ほい^く野菜^{さいばい}をい^はい^つかう
チーズ^{ちーず}をい^はい^つかう
カレーのルーはドロツとしたタイプ
>

タイトル

西東京野菜カラフルパスタ

使用食材

トマト、じゃがいも、まつな、ベーコン

イラスト



コメント

野菜をたっぷり使う
トマトソースがめんにかかるとおろし系団水を使う

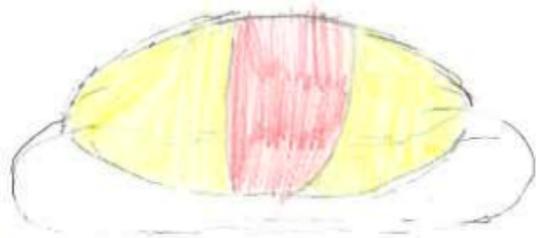
タイトル

ふ、かふ、かオムライス

使用食材

トマト

イラスト



コメント

ふ、かふ、かしていてもおいしい！

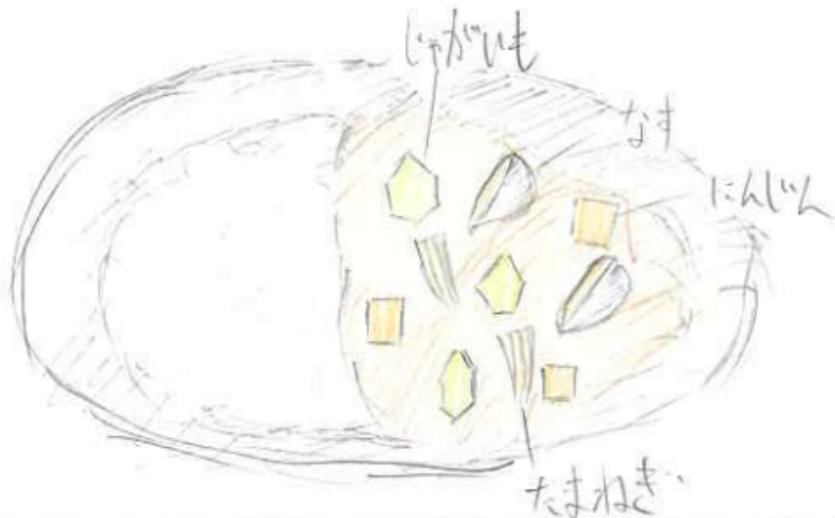
タイトル

西東京市野菜のカレー

使用食材

にんじん、たまねぎ、じゃがいも、なす

イラスト



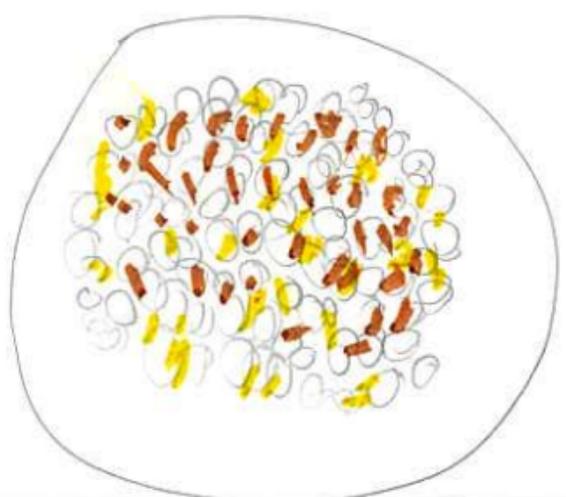
コメント

西東京市でとれるにんじん、たまねぎ、じゃがいも、なすの夏野菜をたくさん使うカレー持ち帰りもできる。

タイトル カレーチャーハン

使用食材 とうもろこし、カレー粉、バター、油、冷ごはん、卵、こしょう

イラスト



コメント

カレーごはんとうもろこしは、とても合います。カレーの辛味ととうもろこしの甘みがおいしく口の中にもどります。

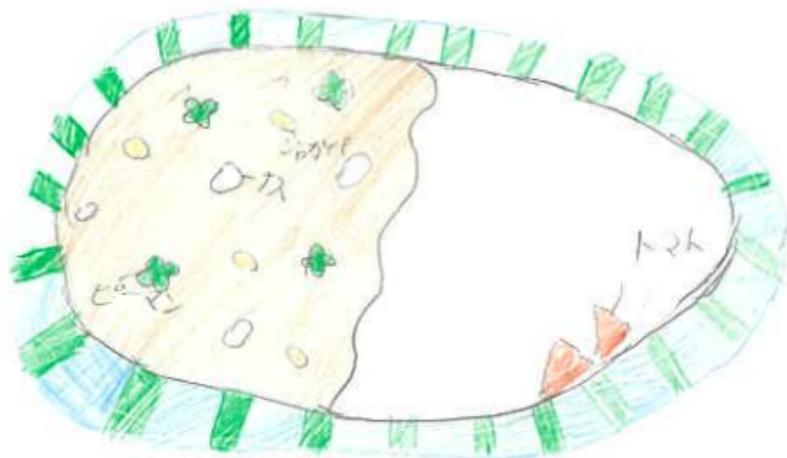
タイトル

里予菜がたくさん!!夏里予菜カレー!!

使用食材

ピーマン、なす、じゃがいも、トマト

イラスト



コメント

花の形のピーマンではあると思います!!
・カロリーオフです。
・えいよう+α

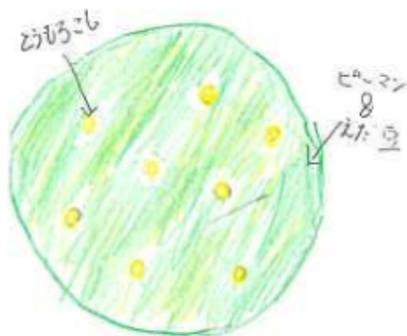
タイトル

野菜パン

使用食材

ピーマン・とうもろこし・えだ豆

イラスト



コメント

野菜たっぷりです

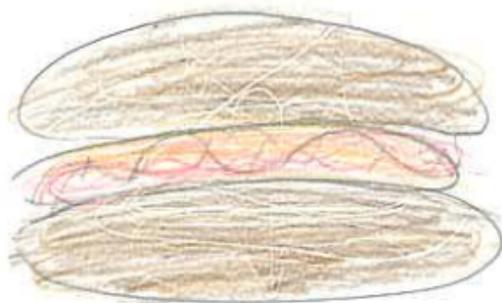
タイトル

マクドナルドのホットドック

使用食材

トマト

イラスト



コメント

マクドナルドのホットドックはおいしいよ！

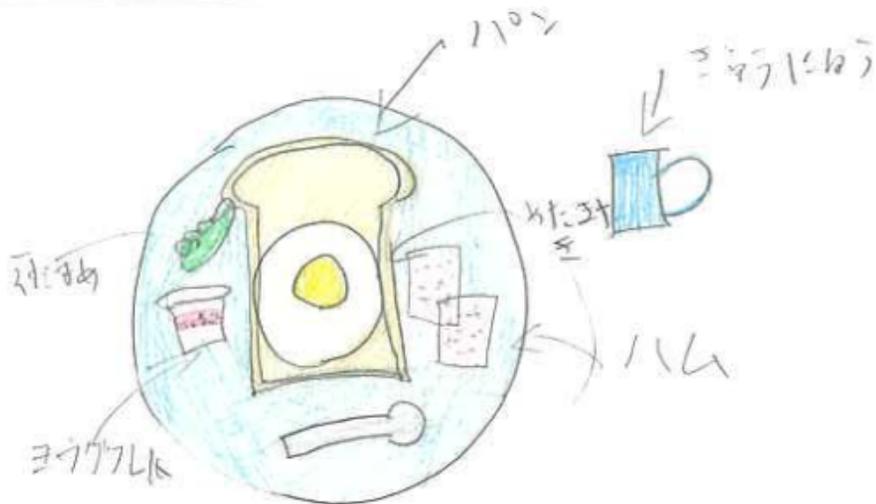
タイトル

めだまゆきパン

使用食材

えだまめ

イラスト



コメント

あ?た?へ/からよいし 100%

タイトル オクラとトマトのゴマおかがサラダ

使用食材 オクラ・トマト

イラスト



赤…トマト
緑…オクラ
茶色…ゴマ
おがが

コメント 切る大きさ・トマトとオクラは一口サイズ
ゴマは少しでも良い。

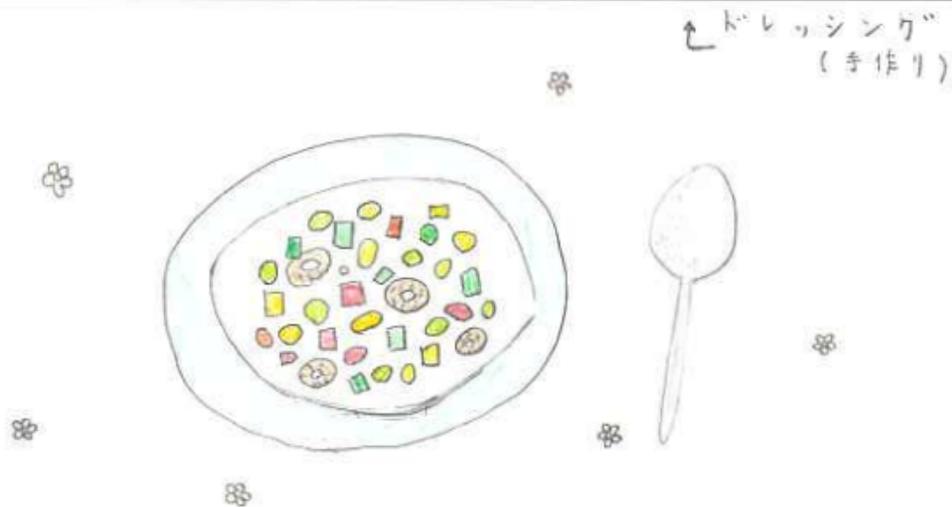
タイトル

やさいた、ふりコロコロサラダ

使用食材

きゅうり、えだまめ、トマト、とうもろこし、ちくわ、チーズ

イラスト



コメント

やさいが角切りで食べやすい。
野菜はできるだけ西東京産を使う!!

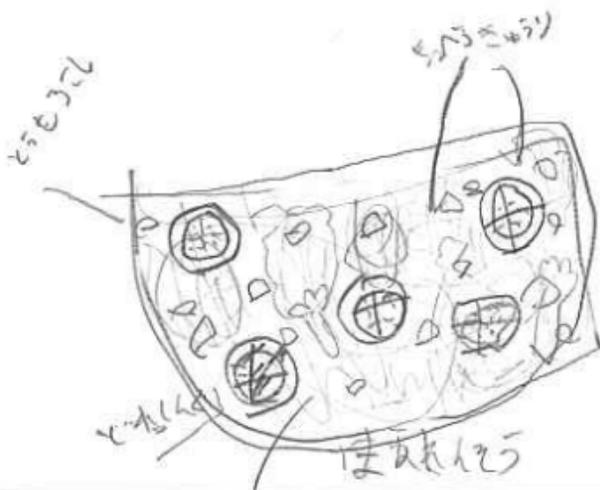
タイトル

たろふりサラダ

使用食材

とろもちこし、きゅうり、とろ、しんぐ、マヨ、ほろ人せう

イラスト



コメント

とろも、おもしろい、たろふり、せう、マヨ、てみる、たろふり、
たろふり、たろふり、たろふり、たろふり、たろふり、たろふり、
たろふり

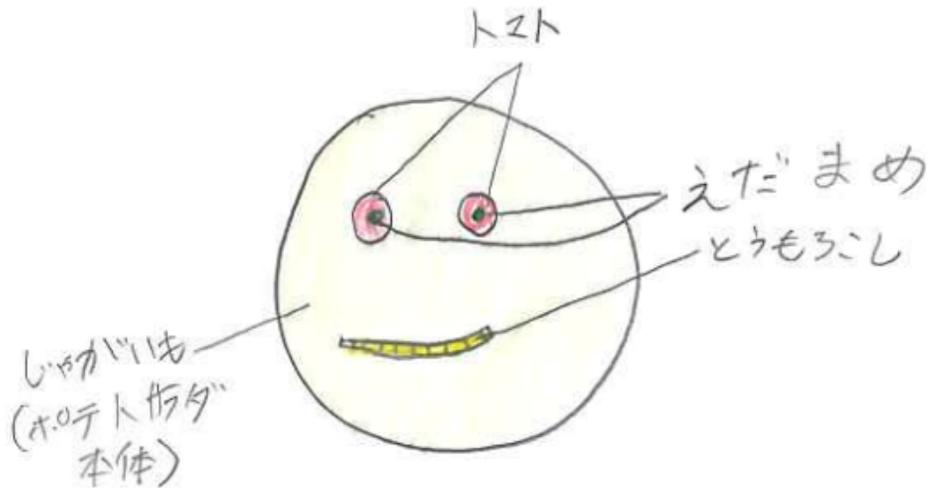
タイトル

じゃがおのポテトサラダ

使用食材

トマト, とうもろこし, えだまめ, じゃがいも

イラスト



コメント

とにか〜くか〜わい〜く!

タイトル

えだまめコーンでず(トマト入り)

使用食材

えだまめ とうもろこし トマト

イラスト



コメント

ミックの~~レシピ~~です。
アレンジ

M

タイトル

野菜たっぷりスープ & 牛にゅういちごかんてん

使用食材

キャベツ・肉だんご・たにんごにんじん・たまねぎ
牛にゅういちごかんてん

イラスト



コメント

牛にゅういちごかんてんは、いちごを半分にする。

野菜たっぷりスープは、たまねぎもよくおろして、あまも、いれこむ。

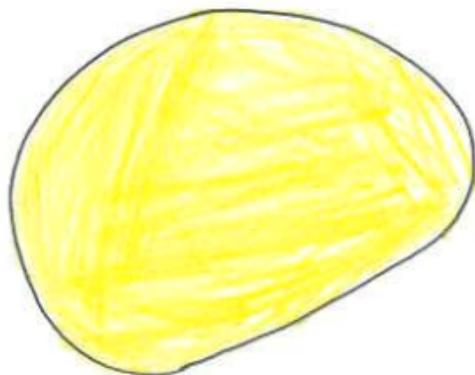
タイトル

コーンポタージュ

使用食材

コーン

イラスト



コメント

たろりコーン!

タイトル

いろいろジュース! ^{のめたい} ところでもスープ

使用食材

^{ジャガイモ} ① ジャガイモ トウモロコシ ^{ぶどう} ② ぶどう、フズベリー

イラスト

① 野菜スープ! ② くだものジュース!



コメント

甘くておいしい! お店で買えるところでも
のめるといそがしい人におすすめ!

タイトル

めぐみちゅんゼリー

使用食材

白ごま 黒ごま キヤベツ にんじん
トマト ちくろこし かんてん

イラスト



コメント

めぐみちゅんの顔になるようにする!!
持ち帰りができる!! フルーツソースをかけると食べやすい

タイトル

ぶどうのパフェ

使用食材

ぶどう、ホイップクリーム、ラズベリー、スポンジケーキ、バニラアイス

イラスト



コメント

ぶどうをたくさんおく!

タイトル

梨とぶどうのジュース

使用食材

梨、ぶどう

イラスト



コメント

50%ぶどう50%梨のジュース!
7めたい。たんきんはぬき!

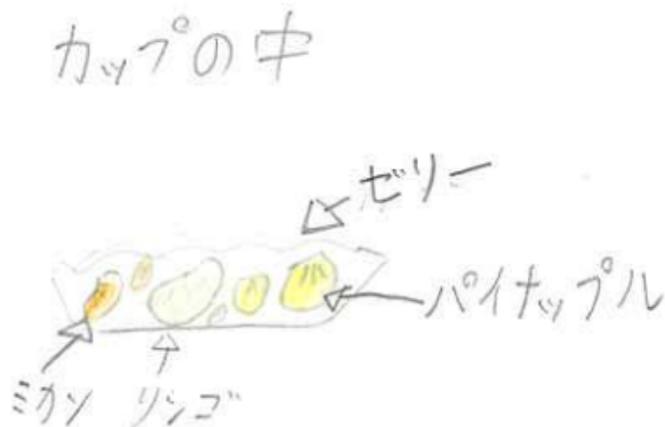
タイトル

西東京くだものもりもりゼリー

使用食材

ミカン、リンゴ、パイナップル

イラスト



コメント

ヘルシーなフルーツでおいしくたべられる!

あさ、ひる、ばんどんなどきにもたべれる!

タイトル

めぐみちゃんのかさいとくだものクマ

使用食材

えだまめ、ロマンチトマト、パプリカ、ナス、さきこし、パプリカ、ナス

イラスト



コメント

ぼくの作品は西武京橋デパートのめぐみちゃんのカ
キです。中みは夏かさいとくだものクマ

タイトル

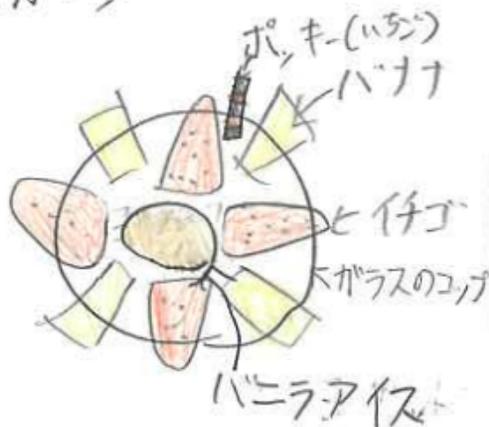
おはなみだいなイチゴとバナナのパフェ

使用食材

イチゴ、バナナ、ポッキー(いちご)、バニラアイス、ヨーグルト、コン

イラスト

上から



よから



コメント

これはパフェといふよに作. たもので. ちがうかもしれないけど.

おいしい でしたー.

(バニラアイスの上にさくら餅とかぶどうをおいてもおいしいです)

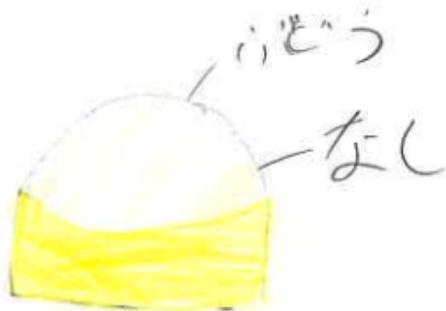
タイトル

パンドーナツアイス

使用食材

パンドーナツ, なし

イラスト



コメント

パンドーナツをまぜたアイスです

タイトル

夏にひたり！バど"うかきこ"おり！

使用食材

バど"う、なし

イラスト



コメント

暑~~り~~日にひたり！
あったかい物を食べてから食~~べ~~るのにおすすめ。
ひんやり感がバど"うもいい。

タイトル

かぼちゃ たっぷりチーズおやき

使用食材

かぼちゃ、チーズ、干し木薯[#]エビ、塩、片栗粉

イラスト



コメント

かぼちゃをたっぷり使う、チーズもたっぷり
使って、ちょっと甘めの主菜・デザートです。
ぜひ採用してください!

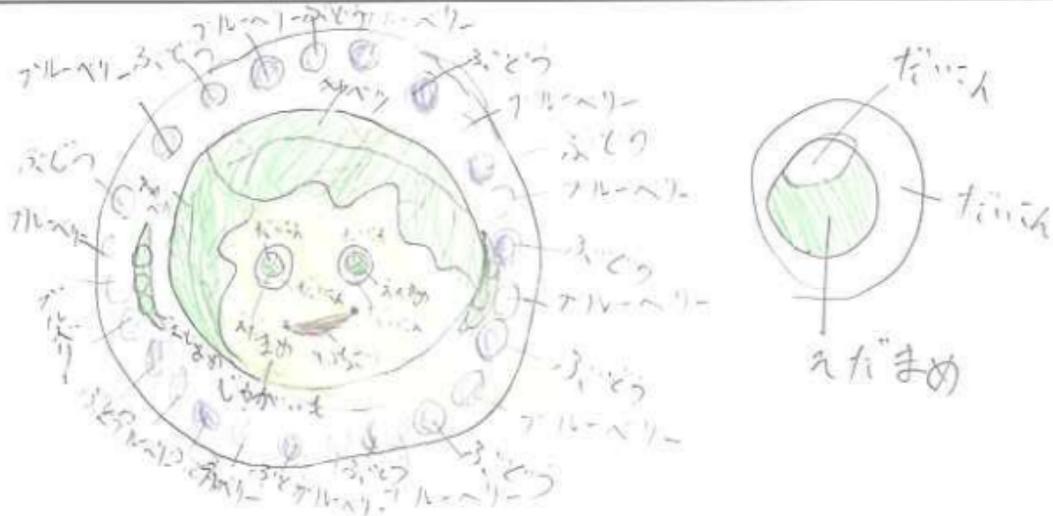
タイトル

めぐみちゃんの収穫

使用食材

だいこん、えだまめ、アスパラ、じゃがいも、さつまいも、アスパラ

イラスト



コメント

だいこんやえだまめはバランスよく バランスよく

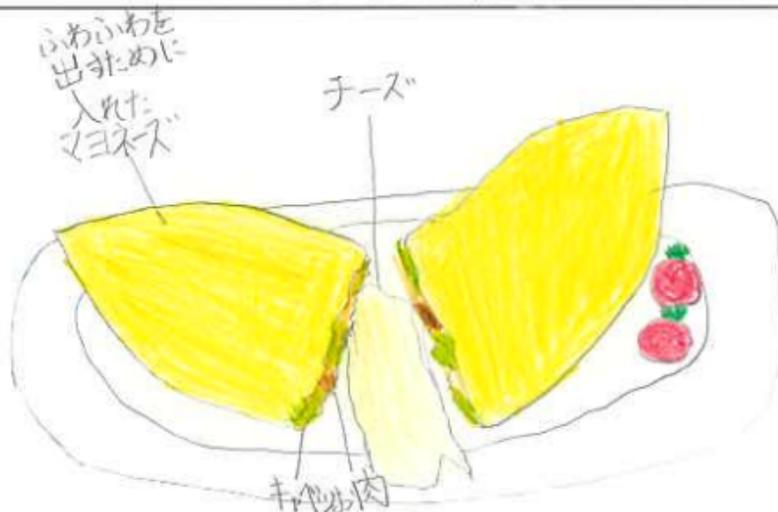
タイトル

えいぼうまんじゅうオムライス

使用食材

お肉、チーズ、マヨネーズ、ケチャップ、キャベツ

イラスト



コメント

何時間たってもふわふわのまま！
チャーハンのようなおいしさ。
とろけるチーズかきやめられない。

タイトル

おいしいトリア

使用食材

ピーマン、じゃがいも、トマト、モロコシ、^{白米}にんじん、たまご

イラスト



コメント

コーンがタメにはいいよ!

タイトル

野菜カレー

使用食材

トマト・ピーマン・コーン

イラスト



コメント

- ・朝ごはんにとり！
- ・老若男女にせず食べれる。
- ・野菜がたっぷり。

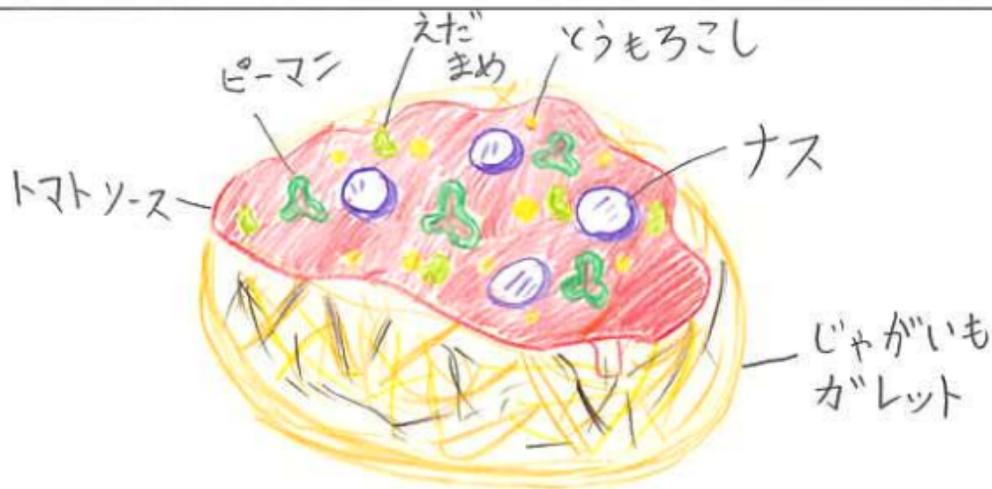
タイトル

夏野菜たっぷりトマトソースがけじゃがいもカレット

使用食材

えだまめ、ピーマン、トマト、じゃがいも、とうもろこし、ナス

イラスト



コメント

じゃがいもきじにチーズをまぜこんでもおいしいと思います!! カリカリにやくのがポイント!!

タイトル

トマトたっぷり！ロールキャベツ

使用食材

トマト、キャベツ、パセリ、豚バラ

イラスト



コメント

ロールキャベツにトマトを合わせたのは、トマトに味がしみこんでより、おいしくなるとおもったからです。

タイトル

夏野菜とチキンのトマトにこみ

使用食材

とろける
チーズ、トマト、鳥肉(チキン)、ピーマン、ナス、ジャガイモ、マカロニ

イラスト



コメント

トロ〜リナスがおいしく〜♪! 今がしゃんのとマトマト
トリスがおいしくて〜♪! みんなでシェアでき
ます!!

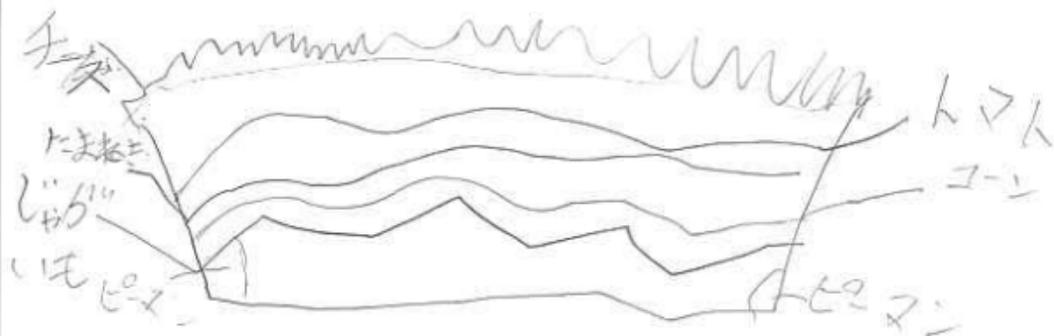
タイトル

おいしいグラタン

使用食材

たまねぎ、じゃがいも、チーズ、トマト、コーン、ヒューマン 

イラスト



コメント

ヒューマンをたべれるように少し入れた

タイトル

イチゴとバナナのパフェ

使用食材

イチゴ、バナナ、バニラアイス、ぶどう、コンフレク、ヨーグルト

イラスト



コメント

バニラアイスとバナナを食べると、下のヨーグルトとコンフレクがおいしい。広がりが、お空さにもよく似ている。

タイトル

ラムネとアイスのハーモニ-

使用食材

ラムネ(しゅるい色々)、ブドウアイス

イラスト



コメント

おいしいです。

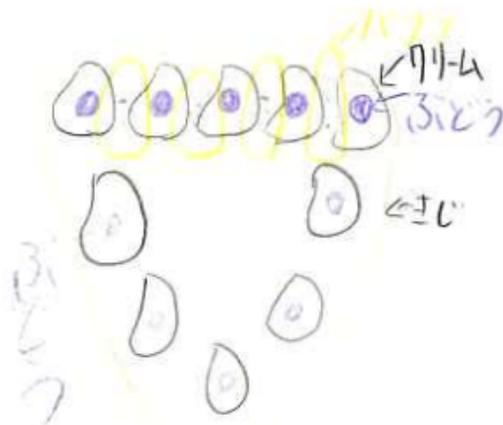
タイトル

せいたくなパフェ

使用食材

ブドウ、クリーム、バナナ、きじ(パフェの)

イラスト



コメント

このパフェでちょっとせいたくしてみませんか?
みんなが大好きなパフェをちょっとせいたくしてみました。
大人でも楽しめるパフェです。

タイトル

ミックスアイス

使用食材

ブルーベリー、ふどろ

イラスト



コメント

とてもおいしいアイスです！

タイトル

まぜまぜパフェ

使用食材

ブルーベリー

イラスト



コメント

・ちゅちゅが可愛いわパフェ
・とてもおいしい子
・ぜひ作ってみてね

タイトル

いろいろ団子

使用食材

小松菜、長芋、だんご粉

イラスト



コメント

小松菜をなめらかにするためにゆでてから長芋といっしょにミキサーにかけて工夫しました。おやつにピッタリです。

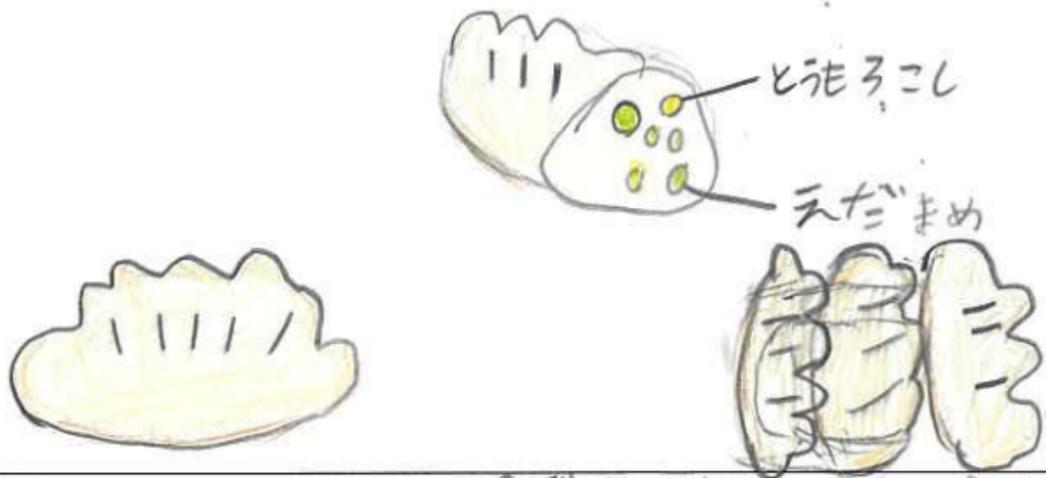
タイトル

にしとうぎ"ゴラザ"

使用食材

とうもろこし、えだまめ、ひき肉、ぎョーザの皮、言用調味料
(しょうが、塩、しょう油、酒、ごま油)

イラスト



コメント

とうもろこしと、えだまめの"ゴロコ"とした食感を
たのしんでもらいたいです。

タイトル

野菜もりもり中華セット

使用食材

チャーハン

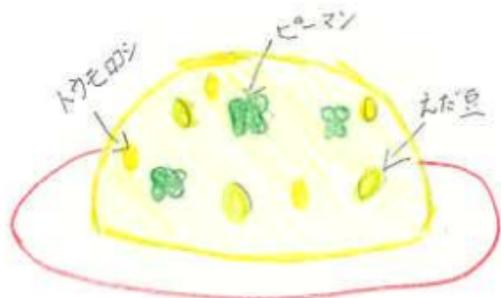
えだ豆、ピーマン、トモロコシ

中華スープ

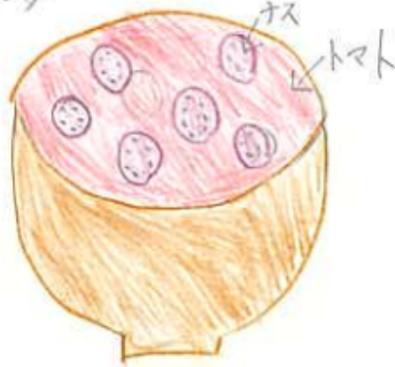
トマト、ナス

イラスト

チャーハン



中華スープ



コメント

野菜がたくさん！

1度に入セットたのめね

タイトル

野菜でんごもりチャーハン

使用食材

ヒーパン、えんご、まめ、とうもろこし

イラスト



コメント

みじり色で夏らしさ

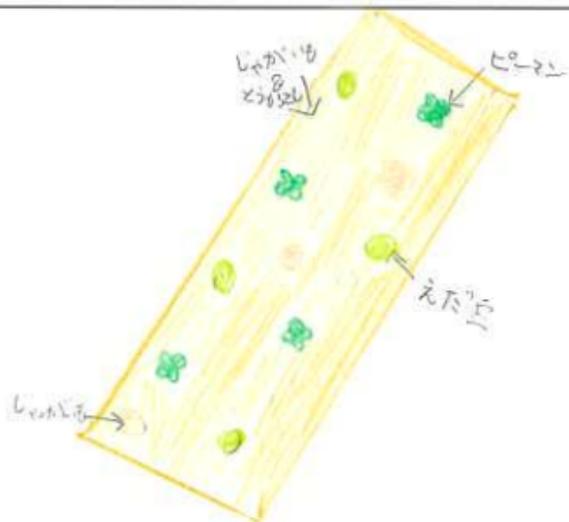
タイトル

夏野菜ほるまき

使用食材

ピーマン・じゃがいも・とうもろこし・えだ豆

イラスト



コメント

- ・ 菜野が大好き
- ・ えいふうまんてん
- ・ きしがじゃが、もとうもろこしたからと分けたため

タイトル

なすとトマトソースのヌパグッティー

使用食材

なす トマト たまねぎ

イラスト



コメント

がんばって考えたのでメニューにだしてください。

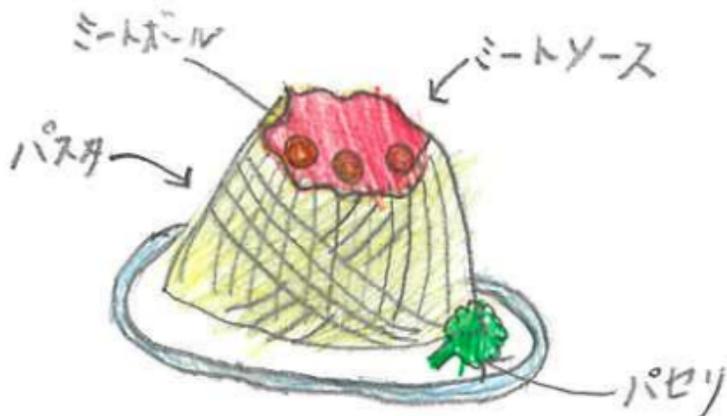
タイトル

元気いっぱいになれるパスタ。

使用食材

パスタ・ミートソース・ミートボール・パセリ

イラスト



コメント

チュルチュル...バクバク食べてえいようまんてん
おなかがすいたときにぴったりなメニューです
どうぞめしあがれ〜。

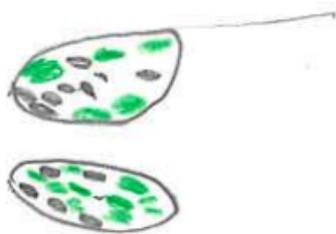
タイトル

キョウワク

使用食材

ニラ、肉もやし、か、わか貝、たまねぎ

イラスト



コメント

いっしょうけめい考えたのでよかったら店に出してください

タイトル

くだものパイ

使用食材

・ブルーベリー・ぶどう・なし

イラスト



コメント

三つのはあいかたのしめ子パイです!!

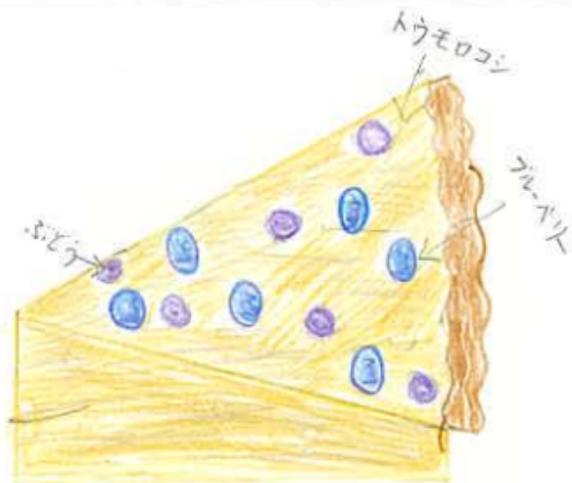
タイトル

糖分ひかえめフルーツタルト

使用食材

トウモロコシ・ブルーベリー・ぶどう

イラスト



コメント

・きじがトウモロコシだから女性の方でも気にせず食べれる。
・ふっとしたおやつにぴったり。
・インスタ映えする。

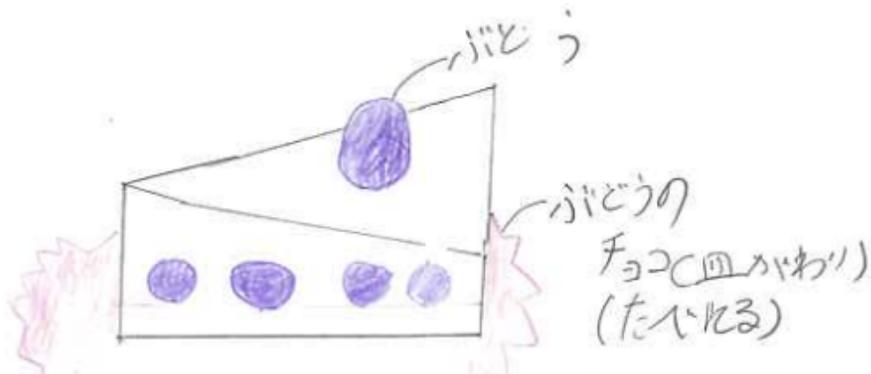
タイトル

バナナとイチゴの、はなケーキ

使用食材

バナナ

イラスト



コメント

バナナとイチゴ

タイトル

おいしい♡♡♡70ヶ-き

使用食材

フツレ-ス-リー

イラスト



コメント

おいしくていちごたべたらたんぽぽ

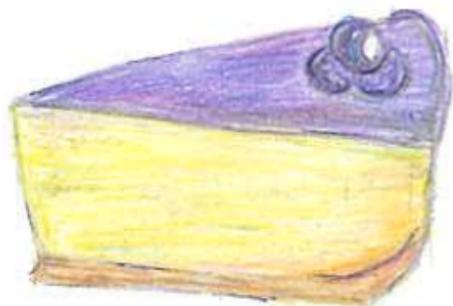
タイトル

ブルーベリー チーズケーキ

使用食材

ブルーベリー、クリームチーズ^{など}

イラスト



コメント

ブルーベリーをたっぷりつか、てください！
クリームチーズとのあいしょうもいいと思います。

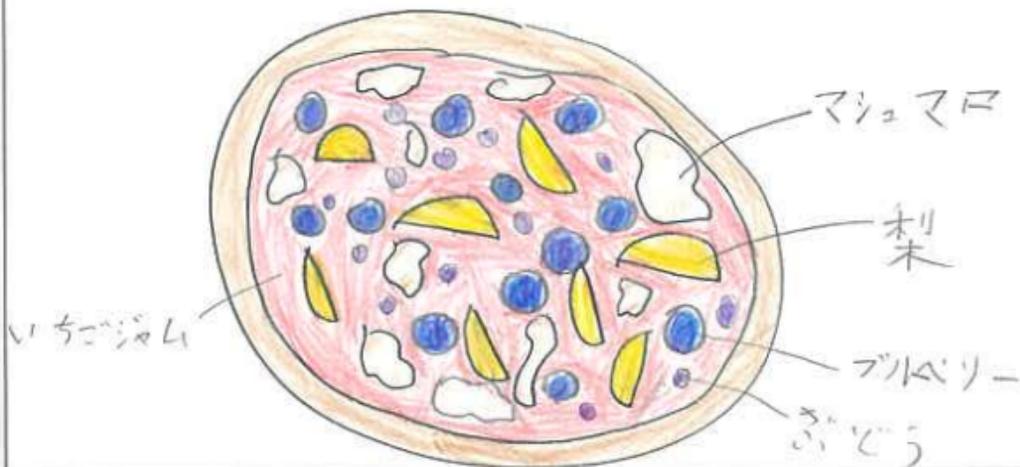
タイトル

西東京市フルーツたっぷりピザ

使用食材

ブルーベリー、ぶどう、梨、いちごジャム、マシュマロ

イラスト



コメント

ブルーベリーとぶどうはたくさん使う。
梨は大きく切る
マシュマロはこまかく切る。

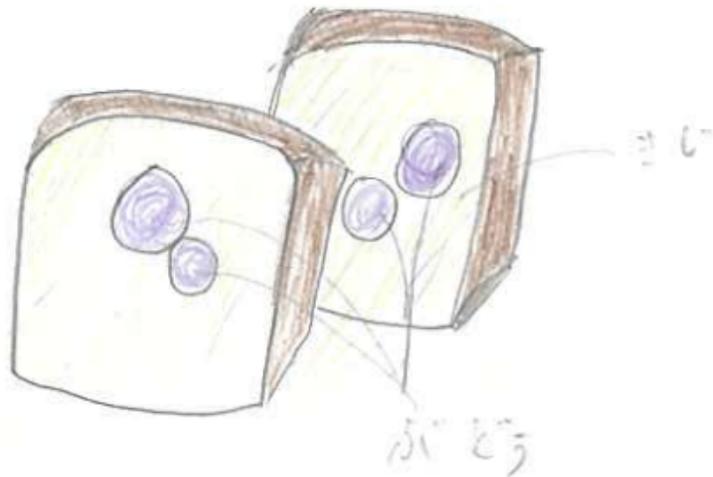
タイトル

地元 の ブドウ の ハウンド ケーキ

使用食材

ブドウ、バター、卵、砂糖、牛乳、ヨーグルト
ホットケーキミックス、ブドウジャム

イラスト



コメント

そのままのブドウと、ジャムにしたブドウを両方
使っております。ブドウをたっぷり使っています!!
おいしいですよ!

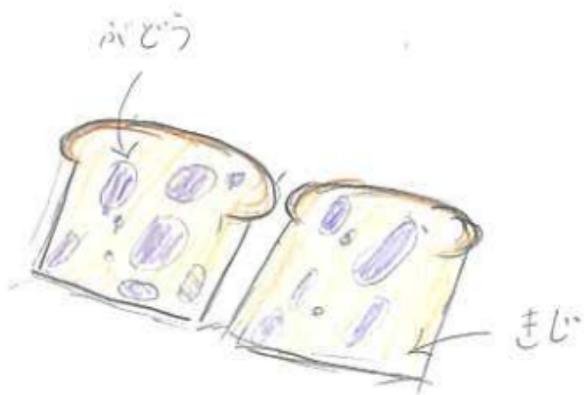
タイトル

人参 と パンドフのケーキ

使用食材

人参、クリームチーズ、砂糖、卵、ロースト・HAM、チョコレートソース

イラスト



コメント

人参が苦手な子でも食べれる!!
短時間で作れる!

タイトル

ブルーベリーパンケーキ

使用食材

ブルーベリー、生クリーム、ブルーベリーソース

イラスト



コメント

ブルーベリーをたっぷり
ブルーベリーソースをかける
いちごとかを足しても上手い

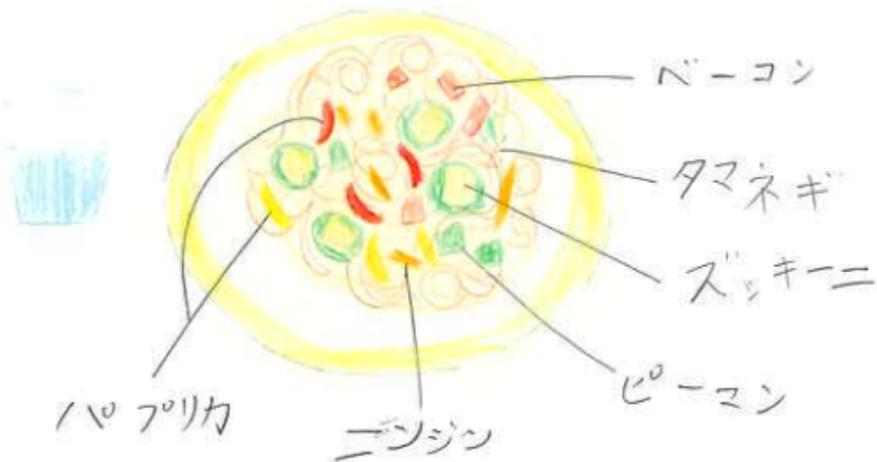
タイトル

夏里予サホ増し増し(ペペロチー)

使用食材

ズッキーニ・ピーマン・ニンニク・タマネギ
パプリカ・ニンジン・ベーコン・パスタ

イラスト



コメント

夏里予サホをもりもり食べられるパスタです。