

タイトル

使用食材

イラスト

コメント

4

# 小学生エコキッチンカー


テーマ「きずついてしまった食品も使って  
農家さんを応援しよう」

300円～400円


**ゴール:** 子連れの人に来てもらえるようなキッチンカーでの販売

・パッケージをかわいくカラフル  
ラッピング

## X ニュー・カップケーキ




うさぎカップケーキ  
いうさぎ  
にんじん  
もも




500円  
お茶  
お菓子  
+150～200円


別売りできずついた野菜  
犬カップケーキ  
ねこカップケーキ  
ちねこ  
生地の米粉  
ほうおん草



枝豆  
サツマイモの皮



サツマイモ



ちねこ  
しよこカップケーキ

※明

**アピールポイント**

きずついてしまった野菜を使うかわりに  
安くカップケーキを販売します!!

使っているので



タイトル

使用食材

イラスト

コメント

anderm gekonhte  
(エンゲコ) te is 変わる  
テーマ

自然が楽しめる

ゴール! キッチンカー × キャンプめし

×ニュー ×ニル ×ニル ×ニル

特に高校生  
にオススメ

ご飯

手軽

ココロク  
中は  
タマゴが  
ガリに  
キャベツ  
使っ  
ては  
いる!!  
一ロ  
ココア

ココロク  
¥240

ハンバーグ  
¥300

デザート  
¥450

ドリンク☆  
ココア ¥100  
ホットミルク ¥100  
お茶 ¥100

公園で食べられる! 公園

ココロク  
中身:  
・たまご  
・ミニトマト  
・キャベツ  
・チーズ  
・玉ねぎ  
・プロック

ハンバーグの中にキャベツ  
使っています!

おつまようじ  
がついています!

東伏見公園

西栗原のみやこ

大きな公園

手紙  
手紙  
手紙

ココロク  
中身:  
・たまご  
・ミニトマト  
・キャベツ  
・チーズ  
・玉ねぎ  
・プロック

ハンバーグの中にキャベツ  
使っています!

おつまようじ  
がついています!

東伏見公園

西栗原のみやこ

大きな公園



使用食材

# ☆Best Cooking☆

テーマ: 幅広い世代が楽しんで食べられる

西東京市には  
いろんな世代が  
いるからです。

西東京ランチプレート

5才~29才 → 56,514人 (27.5%)  
30才~64才 → 77,442人 (38.3%)  
65才~79才 → 47,710人 (24.2%)

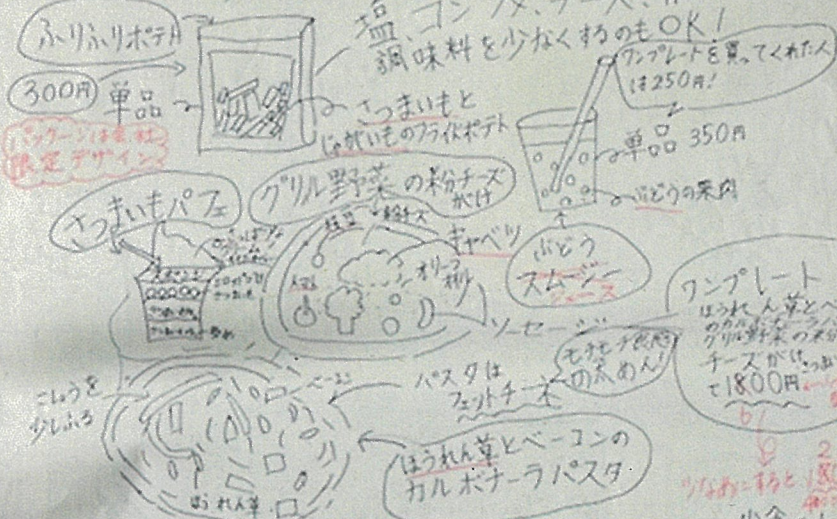
西東京市の人口データです。

・サラダ(前菜)・パスタを中心としたメイン・デザート

のワンプレートをキッチンカーで販売したいと心づきます。

人がたくさんいる駅や公園

イラスト



コメント

少なめのかつ盛りが選べることで少食の人も  
食べられるし、食品ロスも削減できる!  
西東京市の食材をふんだんに使っていて  
ヘルシーで健康的!!

アピール  
ポイント!



タイトル

使用食材

イラスト

コメント

# アップグレード

テーマ「野菜を使って

餃子作り

ゴール 市内店舗

メニューカラフル餃子

オレンジ  
はにんじん

餃子の皮は  
冷凍の餃子の皮  
を使っています

みどりいも

キャベツ

しょうゆ  
味の素

かぶの皮をあつめておいて  
使う

もろけき  
はなす

ほか  
このまもろこ

アピールポイント

カラフルで

餃子で

400円

500円

いろいろりなカラフル餃子



タイトル

使用食材

イラスト

コメント

3 2

# Smile Food

「みんな 食べられる  
サンドイッチ」

キャベツ  
トマト  
スクランブルエッグ  
米粉を使った  
焼き目つけたスマイル

ゴール: 市内店 (Goal: In-city store)  
メニュー: サンドイッチ  
200円 (2種類)

スライス状にしたトマト (Sliced tomato)  
日本のお米を外国の方にもアピール!! (Introduce Japanese rice to foreigners!!)  
肉乳製品使用 (Use meat and dairy products)

キャベツ  
米粉を使ったパン  
ハム  
チーズ

きざいだ野菜を  
使うことで...  
食品ロス削減!  
環境にもいい!

☆アピールポイント☆

アレルギーの、  
食品を使わないから  
アレルギーを持っている  
人も安心して食べられる。



タイトル

make everyone smile<sup>3</sup>

使用食材

「みんなが手軽に栄養が取れて  
笑顔になる！」

ゴール  
市内店舗

幸せになる

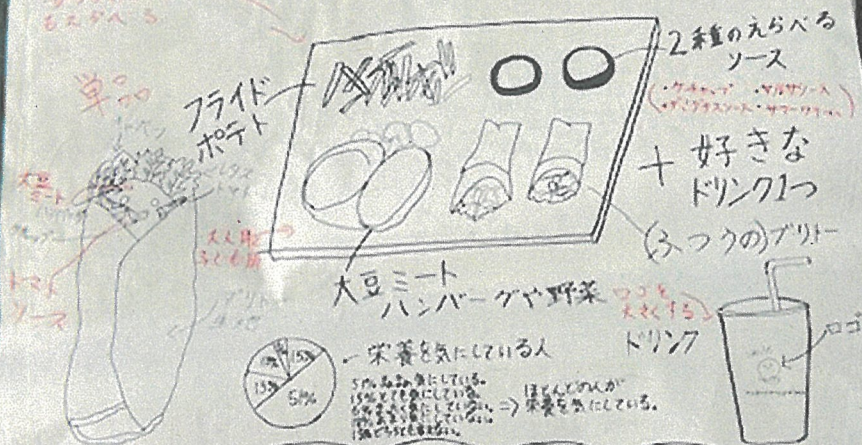
特に女性

・キッチン  
メニュー

大豆ミートハンバーグ & ブリトー  
ランチセット (フライドポテト付き)

サクサク  
ふわふわ

イラスト



コメント

アピールポイント  
手軽に食べられる！  
大豆ミートを使っている！  
栄養が取れる！



タイトル

# E&A ランチ

2

使用食材

テーマ

人とペットが  
楽しく安全に  
食べられるランチ

目標

公園でキョウロウ  
で販売

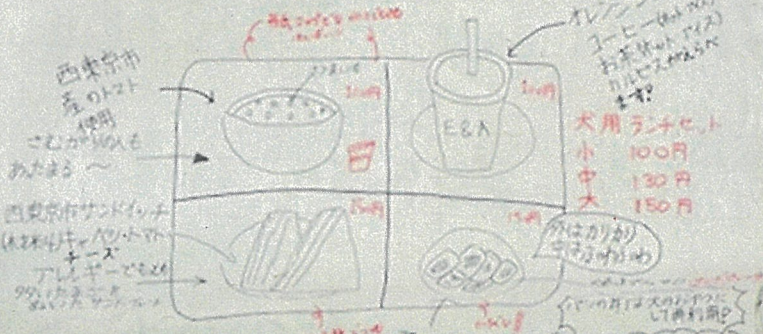
はまき市の  
ために

イラスト

メニュー

サンドイッチ  
スムージー  
ドリンク

1コーン1本  
+500円  
大用のおやつがあります!



※味

(アピールポイント)  
食品ロスが入らせる ところ?  
チラシを持ってくると、割引になります!

コメント





タイトル

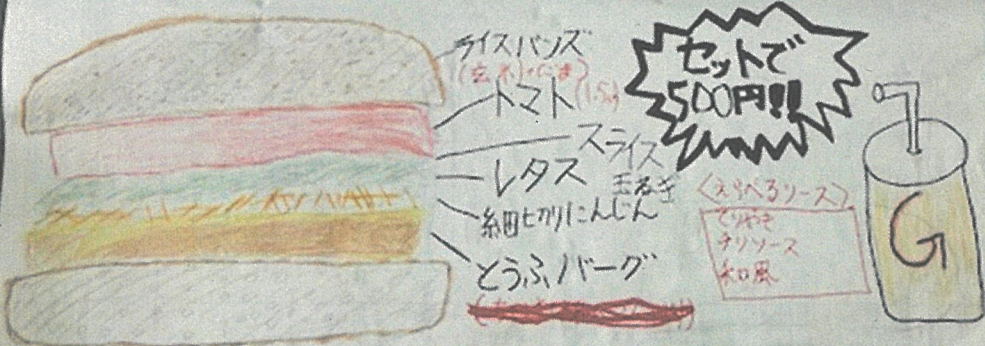
会社名「西東京 Goodble」  
テーマ

使用食材

食べて元気に  
おいしいヘルシー長生きしよう

イラスト

- ・ゴール キッチンカー
  - ・メニュー ライスバーガーセット (デトックスカー)
- 水に長時間フロンホロフ  
をつけた水 (なごりりん  
キアミン)



※味付

コメント

野菜がたっぷり  
栄養満点

アピール  
ポイント



タイトル

西東京スポーツ料理  
テーマ

使用食材

「おいしく手軽に食べられて健康に  
ヘルシーなサンドイッチ」

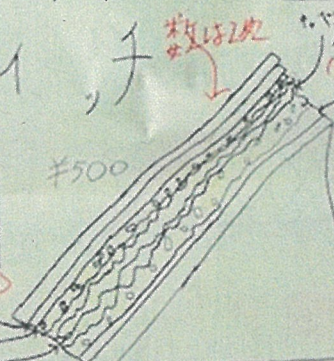
スポーツ選手のパフォーマンスが高まってきている。

イラスト

ゴール西東京のお店に出す  
メニューサンドイッチ

スポーツ選手の健康に配慮して、おいしく食べられて多くの選手がプレーしています。

¥500



たまご  
お肉は2枚  
お野菜はまいり  
お肉はまいり  
お野菜はまいり  
お肉はまいり  
お野菜はまいり

お肉はまいり  
お野菜はまいり  
お肉はまいり  
お野菜はまいり

コメント

アピールポイント  
※ 添加物や保存料が入ってなく栄養満点な食事が取れスポーツをやっている人にピッタリ!!

アレルギーと対応できるようにしました。



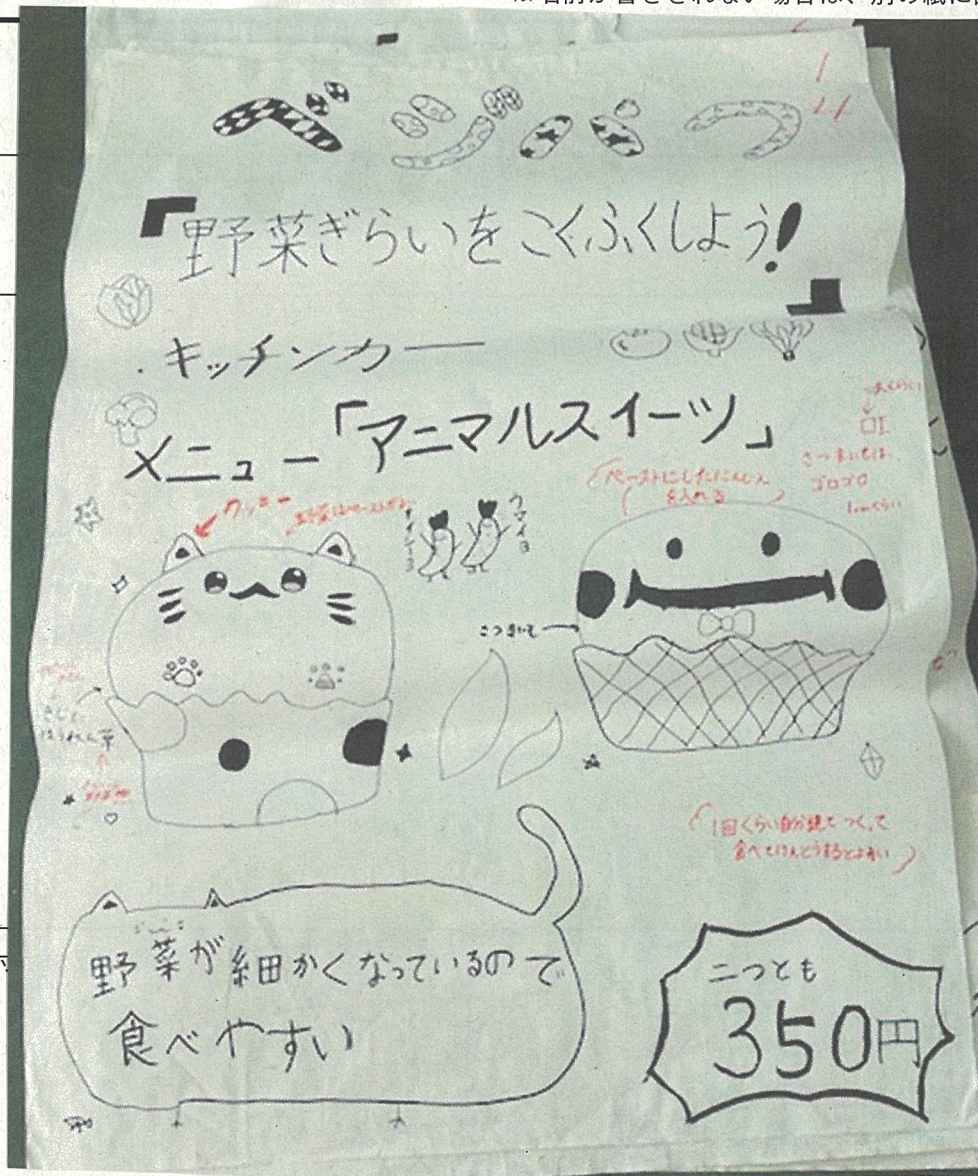
タイトル

使用食材

イラスト

コメント

※味付





タイトル

使用食材

イラスト

コメント

※味

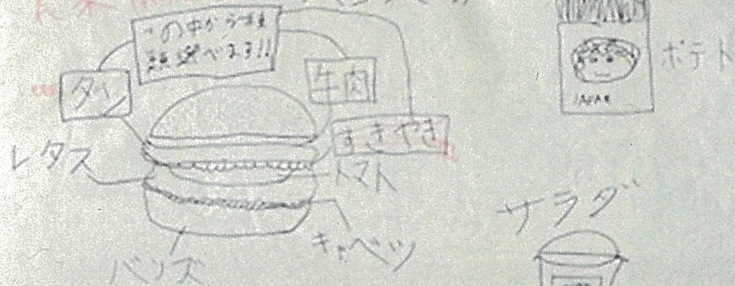
# めぐみ JAPAN

テーマ「安くておいしい西東京市の野菜を使ったハンバーガー」

コール キッチンカー 農家さんはみんなおいしく食べて

農業体験の

ハンバーガー



アピールポイント!!

ワンコインで食べられ市内の野菜をたくさん使い、ホムラのおるハンバーガーを作ります。

トッピングが無料で自分好みにカスタマイズできる。

西東京市の農業体験のイメージのQRコード



<p>タイトル</p>	<p>冬野菜たっぷりスープ</p>
<p>使用食材</p>	<p>ブロッコリー、たがいにんじん、たまねぎ、にんじん 肉、じゃがいも</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね! にしゅうぎょうゆがさいをいはいつかいませ。</p>



タイトル	何にカレー焼酎
使用食材	キャベツ、 <del>こんにゃく</del> 、 <del>さつまいも</del> 、 <del>大豆</del> 、 <del>鶏肉</del> 、 <del>シソ</del> 、 <del>たまご</del> 、 <del>いも</del>
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね! 味付けは塩、トマトケチャ、故障です!!



<p>タイトル</p>	<p>野菜たっぷりチーズカレー</p>
<p>使用食材</p>	<p>ブロッコリー、にんじん、たけのこ、カブ、カレー、とろけるチーズ、じゃがいも、とり肉</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね! みんな食べれるようにカレーは、甘口にしてみました!!</p>




<p>タイトル</p>	<p>里予さいたっぷりしゅー</p>
<p>使用食材</p>	<p>にんじん、ブロッコリー、キャベツ、じゃがいも、さつまいも</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！西東京市の 里予さいをたくさんつかう。 冬だから、あたたかとする。</p>






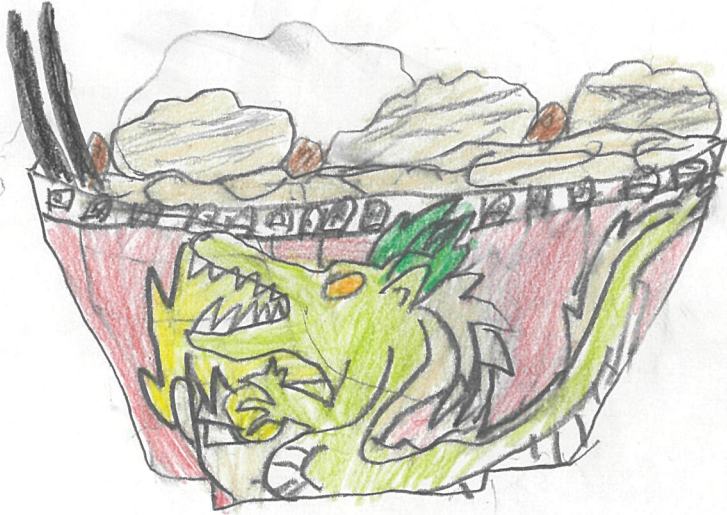


タイトル	西東京市 一口さつまいもコロッケ
使用食材	さつまいも、玉ねぎ、日清ソフトパンコ、黒ごま(黒)、クッキングパウダー、たまご、バター。
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね! 子どもが食べられるように一口サイズをえらびました。




<p>タイトル</p>	<p>めぐみちゃん やきそば (めぐみ やきそば)</p>
<p>使用食材</p>	<p>・さつまいも・キャベツ・肉・たまご・しょう・しお・      ・やきそばソース・にんじん</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!      みなさん食べて下さい</p>




<p>タイトル</p>	<p>エスカルゴギョウザリラーメン</p>
<p>使用食材</p>	<p>カタシムリ、ロムじん、ネギ、ヒキ肉、ギョウザのかあ、スープのもじ、みそ、おゆ、<del>チーメン</del>メンマ、ラム肉、キャベツ、玉ねぎ、パウチー、<del>パウチー</del>しょうゆ、ゴマ油、カタクリコ、黒ずし、しょうが、<del>タス</del>タス</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！ ラーメンをあじあってたべてね</p>

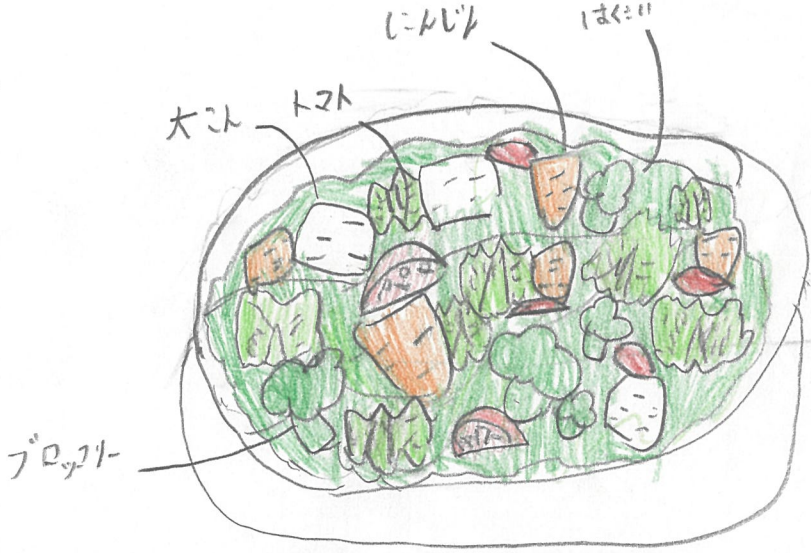


タイトル	野菜たっぷりクッキー
使用食材	バターorマーガリン・砂糖・卵・小麦粉(あれば)バニラエッセンス シラス
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね！ 魚形のクッキーにシラスが入っているので、 おいしく食べてほしいです。



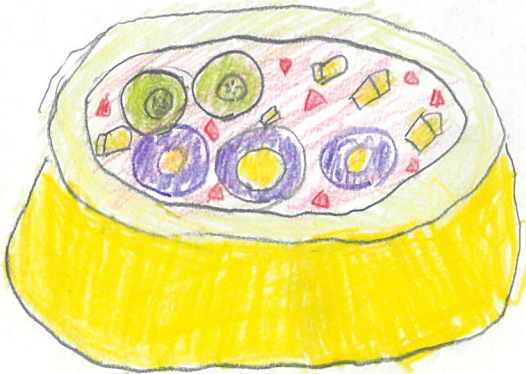
タイトル	フルネオレザンゴリショートケーキ
使用食材	小麦、卵、砂糖、バター、クリーム、チョコレート
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね！ くたが物かケーキの中に入っているしがけたっりど ておいしいケーキです。ショートケーキのような見た目だが ぜひ食べてください。



<b>タイトル</b>	やさしいたぶぷりサラダ
<b>使用食材</b>	はくさい、にんじん、大根、トマト、ブロッコリー ドレッシング
<b>イラスト</b>	
<b>コメント</b>	※味付けなども書いてね! やさしいがたぶぷりたれいようもたぶぷりておいしいです。


<p>タイトル</p>	<p>小松菜としらすのふりかけごはん</p>
<p>使用食材</p>	<p>小松菜 しらす ごまあぶら しょうゆ かつおぶし しお</p>
<p>イラスト</p>	<p>しらす</p> <p>小松菜 (粗)</p> <p>かつおぶし</p> <p>小松菜 (キ)</p>
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！      いためる時はくきがついたため、さいにニリに葉をいれる。      ふりかけのまじは、しょうゆと、ごまあぶらは、ごはんし、フケブ      ふりかけだけししょうゆと、ごまあぶらをつけます。      小松菜は1cmほじしに切る。あぶらはさい(くとしょ)をいれる前に入れる</p>




<b>タイトル</b>	あまーいキラキラサラダ
<b>使用食材</b>	キウイフルーツ、さつまいも、マカロニ、 <sup>オリジナル</sup> パイナップル <sup>いちご</sup>
<b>イラスト</b>	
<b>コメント</b>	※味付けなども書いてね！ ロcket付が上にカッテージチーズをからめて、オリーブオイルと、しおをまぜたらかんせいです。しゃんのやさしい、くだもの、くあまのくすぱいを一緒に楽しめませう。

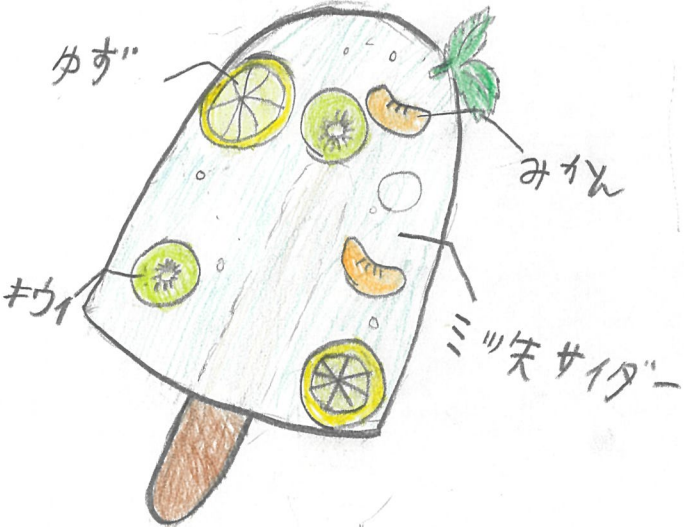
タイトル	キャロットカップケーキ
使用食材	(1) じんじん、いちご、たまご、ぎゅうちゅう、いちご
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね! あまくておいしい!




<p>タイトル</p>	<p>大こんとにんじんのまいたけのたまごみごはん</p>
<p>使用食材</p>	<p>大こん・にんじん・まいたけ・白米・しょうが・ロサイズ<sup>®</sup>のたけのこ・しょうゆ</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!  まなべで「作るかんたんたまごみごはん。土  なべ」に大こん・にんじん、まいたけ・白米・しょうが・しょうゆ  をいっしょに入れて食べるたまごみごはん</p>

<p>タイトル</p>	<p>里予さのたのぶりみろるーフ°</p>
<p>使用食材</p>	<p>新お餅、卵、さつまいも、だいこん、はくたれ</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!          新お餅、たのぶりあるのでもって新本にはいいます。          たくさー食べてくたさる</p>



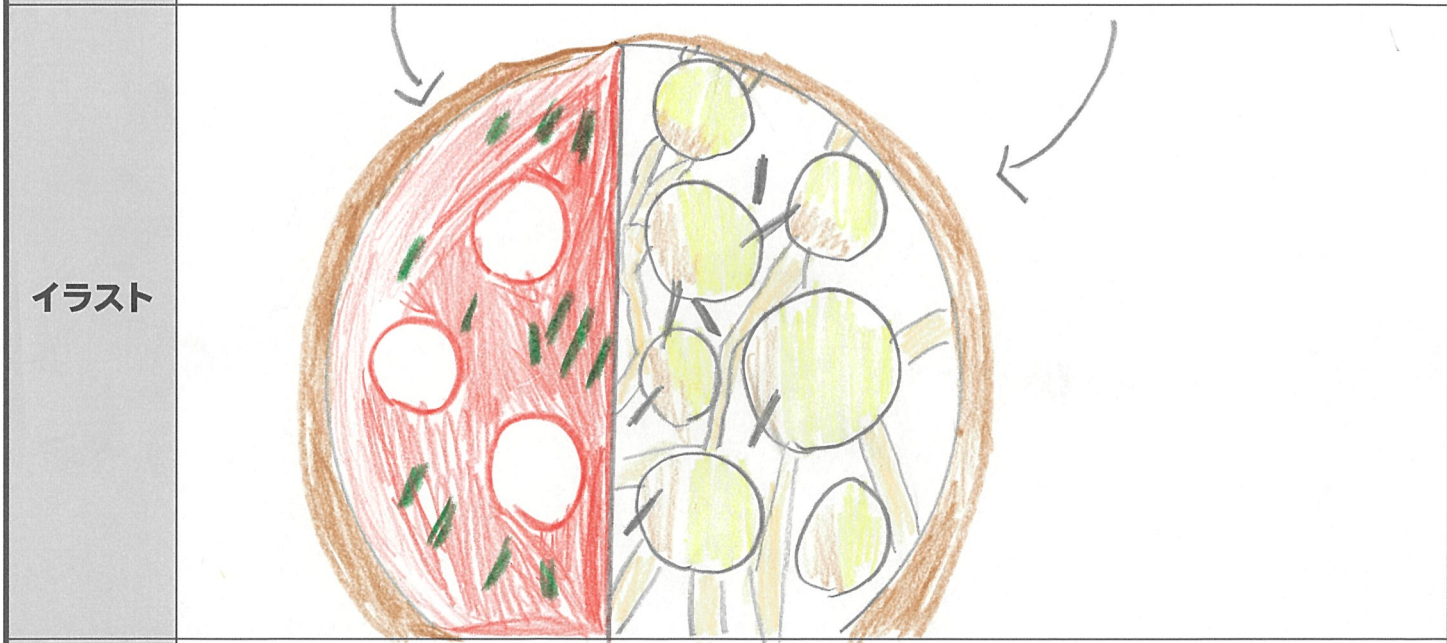
<p>タイトル</p>	<p>くだものたっぷりサイダーアイス。</p>
<p>使用食材</p>	<p>ミント、ゆず、みかん、キウイ、ミツ矢サイダー</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！          ミンポルな味付けで          夏の暑い日におすすめ！！</p>

タイトル	やさしいっぱいサラダ
使用食材	ネギ・じゃがいも・ブロッコリー・みかん・キウイ・ラッカセイ・パ イタリオンパセリ・レタス・オリーブオイル
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね！ 冬や秋の食材を使用しているので、 おいしく食べてほしいです。



タイトル	西東京ダブルヒガ
------	----------


使用食材	トマト、イタリ <sup>(モツレタ)</sup> アンパセリ、チーズ、 <del>半分</del> ジャガイモ、ミネソス、のり
------	--



コメント	※味付けなども書いてね！ イタリアンパセリ、じゃがいもを使ったヒガを作りました。 ポテトはあげてあります。 小イ子でもあまくしますわ
------	---


タイトル	みかん パフェ
使用食材	みかん、クリーム、ゼリー、ポッキー、ビスケット
イラスト	
コメント	<p>※味付けなども書いてね!</p> <p>みかんをXにしたXニューです。ポッキーやビスケットにつけて食べてください!</p>




タイトル	おかしなアイス
使用食材	ブルーベリー、みかん、キウイ、パイナップル、
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね! おかしなおかしなアイスがうまねえ た。食べてみてください。さ。い。

タイトル	雪だるまパンケーキ
使用食材	さつまいも・いちご・チョコ・りんご
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね！ パンケーキをさつまいもで作り、ボタン・マフラー・手ぶくろにいちごを使います。ぼうしと口には焼リンゴを使って、すべての味がひきたつようにしました。(目はチョコペンで)



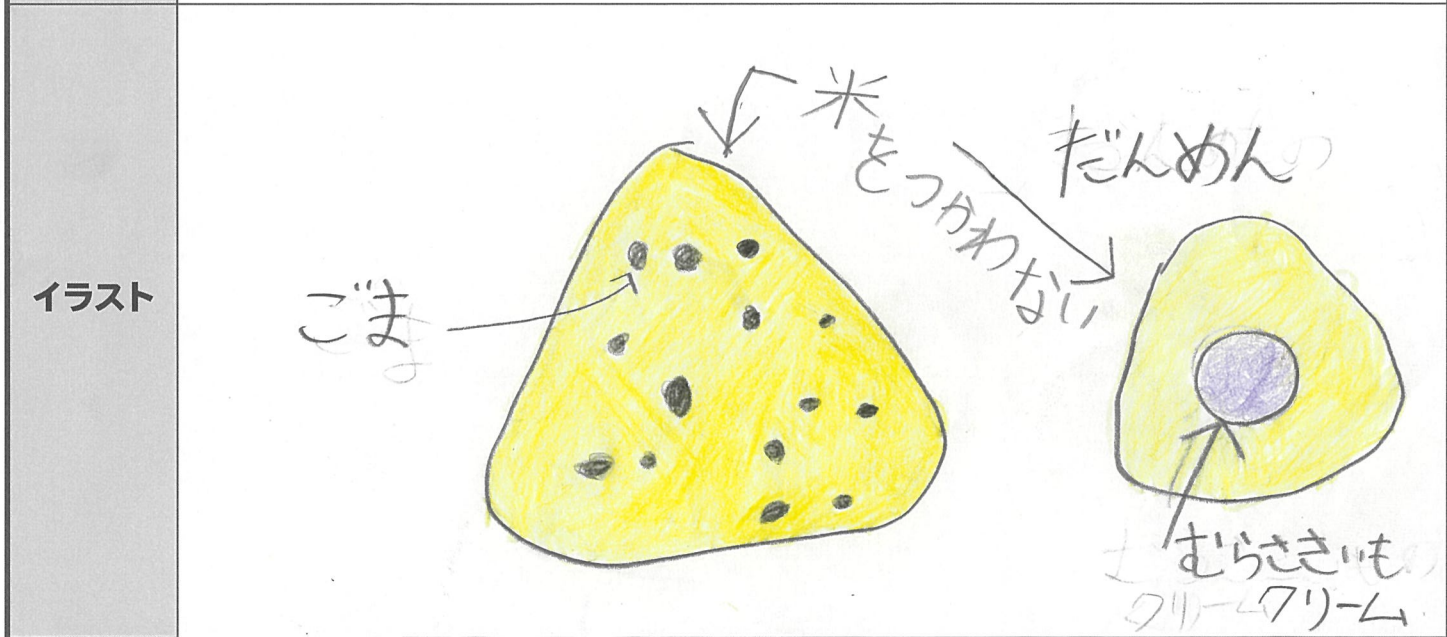
<p>タイトル</p>	<p>西東京 生アヲ菜 ハンバーガー</p>
<p>使用食材</p>	<p>キャベツ、肉、卵、チーズ、トマト、レタス、ケチャップ</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!          しょうゆとゆずのソースをいれた          ハンバーガー</p>

<p>タイトル</p>	<p>西東京市の里芋等たれ「ワ」野芋火炒め</p>
<p>使用食材</p>	<p>人参・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ</p>
<p>イラスト</p>	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>ピーマン</p> <p>ニンジン</p> <p>タコネギ</p> <p>キャベツ</p> <p>たけのこ (はくさい)</p> <p>キムチ</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">チーズ</p>
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!</p> <p style="text-align: right;">BBQソース</p> <p>チーズはコナチーズ キムチははくさい</p> <p>無しでもあってもいい(お客がきめる)</p> <p style="text-align: right;">10140</p>



タイトル さつまいもおにぎり


使用食材 さつまいも、紫芋、ごま、クリーム




コメント

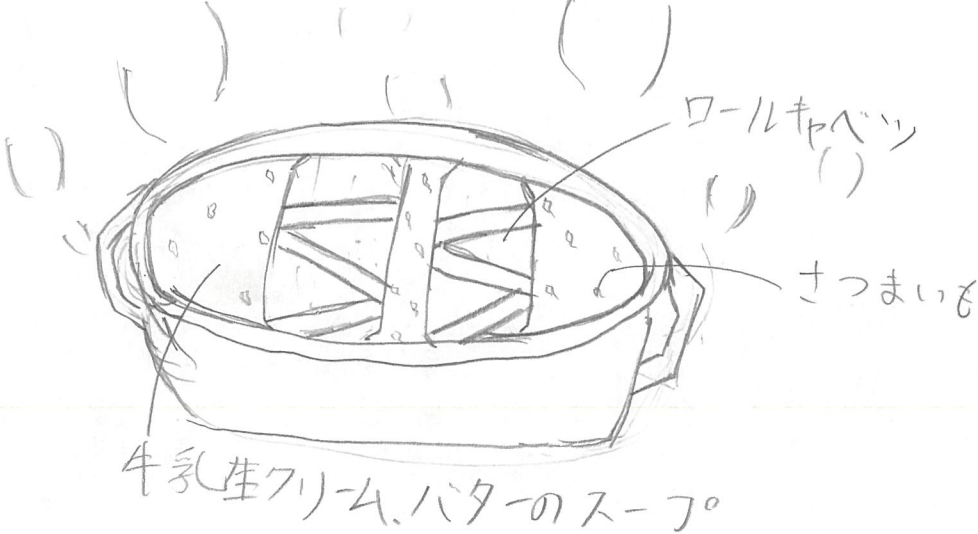
※味付けなども書いてね！

紫芋とさつまいもの2種類を使って作りました。中に紫芋クリームを入れたスイーツのようなおにぎりです。さつまいもは、ビタミン・カルシウムなどが豊富に含まれています。美味しく食べながら、色々な栄養をとることができ、デザート気分で食べられます。

<b>タイトル</b>	さつまいもあんのカステラ		揚げないさつまいも クッキー
<b>使用食材</b>	水 → 200ml グラニュー糖 → 200g さつまいも → 150g	さつまいも のシロップ	さつまいもバター(混ぜる用) 塩 胡椒 パン粉 小麦粉(200g)
<b>イラスト</b>	さつまいも芋の通った物 150g シロップ → 80ml グラニュー糖 → 20g 生クリーム → 230g ↑ どうにやら	さつまいも のソース	揚げないお さつまいも クッキー 
<b>コメント</b>	※味付けなども書いてね! ポイントは煮かき さつまいもあんのあん さが口いかに加か		ポイント!! 揚げない 所です



タイトル	美味しい栄養満点フルーツサンド♡♡
使用食材	さつまいも、りんご、かぼちや、桃、みかん、キウイバナナ 生クリーム(かぼちやクリーム、生クリーム)、あんこ
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね! このフルーツサンドに入っている食材は、ビタミンや鉄分、食物繊維が豊富で、大人や子供もおいしく食べられます。 色採りどりの食材があり、パズレーションも楽しめます。

<p>タイトル</p>	<p>秋のさつまいもロールキャベツ</p>
<p>使用食材</p>	<p>さつまいも、牛乳、バター、生クリーム、キャベツ、<del>お肉</del>肉</p>
<p>イラスト</p>	 <p>イラスト</p> <p>ロールキャベツ</p> <p>さつまいも</p> <p>牛乳生クリーム、バターのスープ</p>
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！      甘めのさつまいもを使って、子供でも食べられるように思っています。      キャベツは大きめ。さつまいもはしっかりとつぶす。</p>



<b>タイトル</b>	朱 太郎のさつまいもケーキ
<b>使用食材</b>	・サツマイモ (紅はるか) ・かぼちゃ ・ホイップクリーム (エフアイエ) ・キャラメルソース ← (西東京市の)
<b>イラスト</b>	
<b>コメント</b>	※味付けなども書いてね! さつまいもはできるだけ甘いを使う キャラメルソースはできるだけ甘いを使う さつまいもは、西東京市の農家の物を使う

<b>タイトル</b>	秋、冬里予菜のチーズ焼き
<b>使用食材</b>	キンパツ、じゃがいも、ベーコン、コーン、チーズ
<b>イラスト</b>	<p>コーン</p> <p>ベーコン</p> <p>じゃがいも</p> <p>チーズは上からかけて火焼く</p> <p>お皿がわりにビザギシ</p>
<b>コメント</b>	※味付けなども書いてね! 塩一つまみ、しょうがし 人々のえがおが見たいし、おいしいといってもらいたいし、 よろこんでもらいたいし、けんこうでいてもらいたいから



タイトル	家族で食べれるサツマイモカレー
使用食材	・サツマイモ・ニンジン・とろ肉・米・ルー・バター
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね! サツマイモ味が甘口、子どもも食べれるおいしいカレー





タイトル	西東京市とたわりおでん
使用食材	だい根、白菜、キャベツ、こんにゃく、ちくわ、たまご、つくね
イラスト	
コメント	<p>※味付けなども書いてね!</p> <p>昆布とかつお節のだしを入れる。  しょう油を入れる。  みりんも入れる。  具がたくさん入っている。</p>

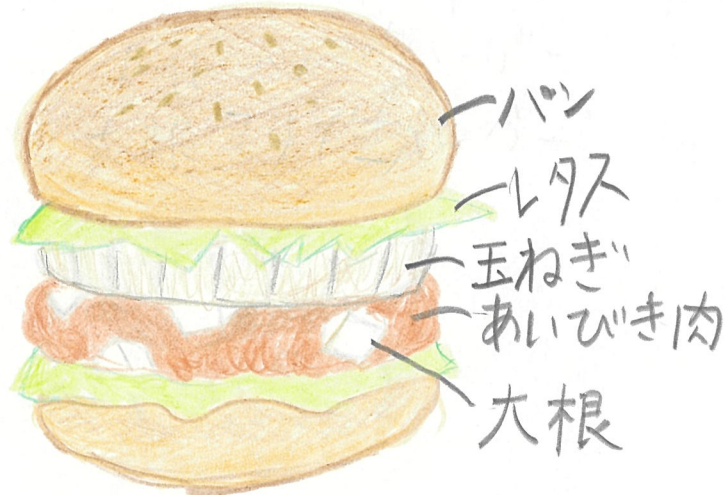
タイトル

だいこんテリヤキバーガー

使用食材

パン、大根、あいびき肉、玉ねぎ、レタス

イラスト



コメント

※味付けなども書いてね!  
下切った大根をひき肉に混ぜてテリヤキにする。  
わきりの玉ねぎをソテーする。