

タイトル	西東京野菜たっぷりハンバーグ
使用食材	トマト、キャベツ、大こん、白せい、にんじん、らぶら
イラスト	
コメント	野菜たっぷりをいっぱい食べてほしい!! あつあつを食べてほしい!!

タイトル	西東京野菜たっぷりおみそしる
使用食材	ワカメ、とうふ、みそ
イラスト	
コメント	野菜をたくさん使う!

タイトル	旬ラーメンと旬デザート
使用食材	オクラ、コマツナ、ぶどう、なし、トマト
イラスト	
コメント	子どもも大人も楽しめる デザートもついている 食べる気マックス

タイトル	夏にぴったりのひやしそうめん
使用食材	きゅうり、ネギ、つゆ、そうめん
イラスト	
コメント	夏にぴったりのつめたいそうめんに きゅうりやネギをのせました。

タイトル	西東京野菜たっぷり
使用食材	マナーホリ
イラスト	
コメント	ほかほかにも 食べてほしい!!

タイトル	めんセット
使用食材	トマト、ブドウ、ナス、めん
イラスト	
コメント	めんが多い!! 夏にひや、たり!!

タイトル	オクラとほうれん草のおひたし
使用食材	オクラ、ほうれん草、おかつ
イラスト	
コメント	オクラをたっぷり使うのがポイントです。 ほうれん草はやわらかくするために少し火が通った状態でください。 お味に合わせたお味です。

タイトル	ネバネバそうめん西東京市
使用食材	そうめん、オクラ、なし(梨)
イラスト	
コメント	ネバネバのオクラがアクセント!! つゆはつけてもつけなくてもおいしいです!! デザートにはおなしを...♪ おのみでたっぷりお楽しみを!

タイトル	西東京 夏野菜いひやしうどん
使用食材	オクラ、ホウレンソウ、トマト、とうもろこし
イラスト	
コメント	ホウレンソウは、たべやすいおおききさ白/ホウレンソウとオクラをうどんのまわりにおく、おじいけは、めいめいを少しかける。

タイトル	西東京市巨大バーガー
使用食材	トマト、ナス、チーズハンバーグ
イラスト	
コメント	トマト=2枚、ナス=1枚、チーズ=2、ハンバーグ=1、たまご=1もできる! =7100円で安い、高さ50cm! 53

タイトル	夏野菜たっぷりみそしる
使用食材	ナス、オクラ、みそ
イラスト	
コメント	夏野菜たっぷり えいよう食品でん! うつおは自由

タイトル	西東京野菜たっぷりチーズドック
使用食材	トマト、チーズ、パン、オクラ
イラスト	
コメント	チーズをのっかてた、おじい やさいもたっぷり 持ち帰りもできる。 65

タイトル	西東京おろしおみそしる
使用食材	オクラ、とうふ
イラスト	
コメント	とうふを、いら、おろし、つかいます。 かたくとうふは、とてもおいしいので、 ぜひ、食べてください。

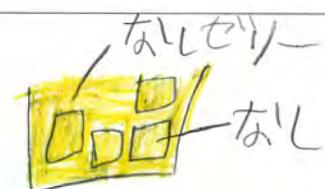
タイトル	幸せパン
使用食材	クリーム、チョコ、いちご
イラスト	
コメント	みんながうれしくなるパン!! ひとくちサイズ!! 3しゅるいある!! 70

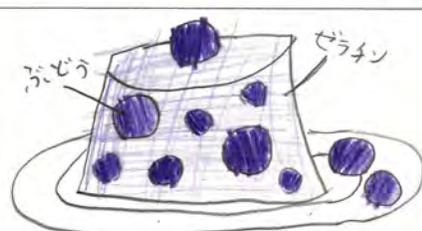
タイトル	ナスのおみそしる
使用食材	ナス、コマツナみそ
イラスト	
コメント	ナスを使ったおみそしるです。

タイトル	西東京ねこちゃんピザ
使用食材	トマト、キャベツ、チーズ、バジル
イラスト	
コメント	西東京の農産物「キャベツ」を使った、 チーズでネコの顔をイメージした! ヘルシーで食べやすい!! 子どもがよるこが♡



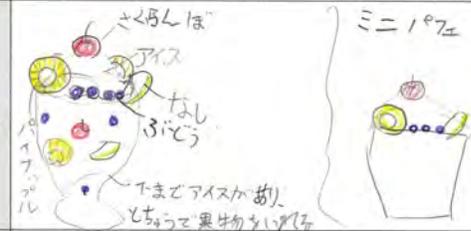


タイトル	なしっぱいおたけりー
使用食材	なし
イラスト	
コメント	なしをいっぱい使っている。カップに入れていいる。

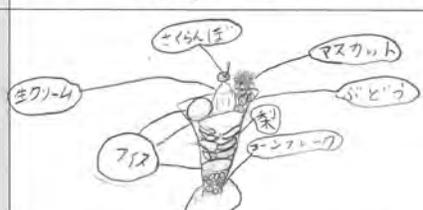
タイトル	西東京ぶどうたっぷりゼリー
使用食材	ぶどう、ゼラチン、ぶどうジュース
イラスト	
コメント	ぶどうがたっぷりあっていい!

タイトル	西東京市いちごゼリー
使用食材	なし、ぶどう、いちご、青りんご
イラスト	
コメント	西東京市のいちごのゼリーを考えた!!。左にあるいちごは、なかもすいる。ぶどうは、おたけりーのいちごおたけりーで食べる。

タイトル	夏にぴったり! とくせいのくだものパフェ
使用食材	ぶどう、梨、バニラアイス、オレンジ、オレンジシャーベット、ホッケー、ぶどうジュース
イラスト	
コメント	ぶどうジュースはストローで飲んでOK! バニラアイスじゃなくてチョコアイスでもOK!

タイトル	夏がよっぱいなパフェ
使用食材	ぶどう、なし、イチゴ、りんご、さくらんぼ、アイス
イラスト	
コメント	うしろも同じようにつづいでいます。ミニパフェにもある。持ち帰りもできる。

タイトル	オクラソーダ
使用食材	オクラとトマトを絞る。??オナシ
イラスト	
コメント	渋い。とろみはあついでいい?

タイトル	夏のカラーパフェ
使用食材	ぶどう、マスカット、梨、さくらんぼ、コーンフレークアイス、生クリーム
イラスト	
コメント	ぶどうはたねなしの物を1個。(かわっこ) マスカットも、たねなしの物にする。(かわっこ) 梨でアイスの下を包むようにする。 アイスの味は、ストロベリー、ほろりんご(バニラをまぜる) チョコから食べる。

タイトル	西東京市たけのこパフェ
使用食材	トマト、アイス
イラスト	
コメント	トマトは、たねなしの物にする。 アイスには、ストロベリー、ほろりんご、バニラをまぜる。

タイトル	西東京の野菜 いっはいパスタ
使用食材	トマト・ナス
イラスト	
コメント	

タイトル	西東京夏野菜たらちろチーズオムライス
使用食材	とうもろこし、えだまめ、チーズ、卵、トマトケチャップ、牛乳、しょう油、バター
イラスト	
コメント	チーズはとけませる とうもろこしはつぶす! ケチャップでとうもろこし風にかく! やさしいかな、いろいろ試してみよう! 西東京

タイトル	西東京市モカ「レサ」チーズ
使用食材	チーズ・トマト・はくさい
イラスト	
コメント	

タイトル	ほうれん草のみそ汁
使用食材	ほうれん草、味噌、ネギ
イラスト	
コメント	ほうれん草はよく洗って、みそ汁にかき混ぜる。 いじめる。

タイトル	トマト
使用食材	トマト、ホウレンソウ、ナス
イラスト	
コメント	

タイトル	夏の野菜たっぷりみそ汁
使用食材	トマト、ホウレンソウ、ナス、味噌、ネギ
イラスト	
コメント	夏の野菜たっぷりみそ汁!

タイトル	西東京市オクラみそ汁
使用食材	オクラ、とうもろこし、みそ、玉ねぎ
イラスト	
コメント	オクラがほしみたい やさしいからほし

タイトル	あおいおねちゃん夏料理
使用食材	とうもろこし、カボチャ、やいたたまねぎ
イラスト	
コメント	食材をたっぴり使う! もりもりもできる! なるべくあおいたまねぎを使う! 一口サイズに切る!

タイトル	夏野菜カレー
使用食材	ナスにんじんお肉
イラスト	
コメント	お肉がおいしい

タイトル	ホムレンソウのトマトソース
使用食材	ホムレンソウのトマトソース
イラスト	
コメント	

タイトル	好きな食べ物でコロナおまじり
使用食材	ぶどう、パン、ホムレンソウナス
イラスト	
コメント	コロナが本とうにおさまると と。 15

タイトル	夏のフルーリサイダー
使用食材	フータサイダー、梨、ぶどう、パイナップル、みかん
イラスト	
コメント	くだものはいいい! サイダーはよくひえてる! 店で食べられる店で食べてもらいたい!

タイトル	西東京ぶどうななしパイ
使用食材	ぶどうななし
イラスト	
コメント	ぶどうななしがおいしい

