

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	子どもが大好きな食べ物を持ち帰りができ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、たい？

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。 おひたしに油がのまるとおいしいです。

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、めんやを少しかける。

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	夏野菜たっぷりカレー
使用食材	ナス、トマト、ピーマン、かぼち、ズッキー
イラスト	
コメント	・ピリ辛、辛辛、甘ももあります!!(け)辛も!!) ごはんにはとうもろこしもはいています!! 夏野菜をたっぷり使った一品です!!

タイトル	西東京市夏野菜たっぷりサラダ
使用食材	トマト、ナス、オクラ、コマツナ、ホウレンソウ、アスパラ、キャバツ
イラスト	
コメント	キャバツはたっぷり使う? 野菜はたっぷり ちりぢりはできない(つぶれるから)

タイトル	西東京市カレー
使用食材	トマト、じゃがいも、カレー、チーズ
イラスト	
コメント	じゃがいもがでかい! 煮出したとまとがたづなわり ルーがからみかきかきでなべかき!

タイトル	夏野菜サラダ
使用食材	トマト、オクラ、キュウリ、レタス
イラスト	
コメント	

タイトル	コーントマトキュウリ夏カレー
使用食材	コーン、トマト、肉、かぼち、にんじん、まよろ
イラスト	
コメント	コーン、トマト、キュウリが トマトやまよろが いいと思う

タイトル	西東京市野菜たっぷりサラダ!
使用食材	トマト、キュウリ、レタス、オクラ
イラスト	
コメント	家でかんたんにつくれる。キュウリたっぷり! せんぱい、たっぷり! (ドレッシングあり)

タイトル	夏カレー
使用食材	ごはん、豚肉、パプリカ、コーン、じゃがいも、にんじん
イラスト	
コメント	アレルギーがある人でも食べれる。とてもやさしい。野菜をたくさん使う。ちいさな子でも食べれる。量が選べる(小さめ)

タイトル	めぐみちゃんサラダ(冷)
使用食材	キャバツ、トマト、梨、キュウリ
イラスト	
コメント	めぐみちゃんをイメージする? トマトをたくさん、さっぱりとしたサラダ? かんたんにつくれる

タイトル	母の野菜たっぷりサラダ
使用食材	レタス、そのまぜつゆのレタスの野菜 5種類、イトレ、シネア、トマト、マカロニ
イラスト	
コメント	西東京の有難なレタスと旬の野菜をたくさん使う！ まぜつぐと旬の野菜がかわる かな色を楽しめる

タイトル	旬のスィカゼリー
使用食材	スイカの中身 皮(スイカの)
イラスト	
コメント	スイカを半分にかき切る。 中身をくりぬく。 タネもめく。 クーリングさせるとリコゲがたまる(皮にはかき切る) 22

タイトル	西東京市特製シャキシャキグリーンサラダ
使用食材	トマト、ロメインレタス、和風ドレッシング、オクラ、 梨(もも、梨の果汁)、タコ、ナス
イラスト	
コメント	野菜たっぷり タコのコリコリさ ドレッシングのらきま


タイトル	くだものいっぱいアイス
使用食材	アイスリンゴ、梨、チョコ、コーンフレーク、 いちご、バナナ、りんご、みかん
イラスト	
コメント	りんごを切ってチョコで顔がきてる！ 旬のものがたくさんあっておいしそう！

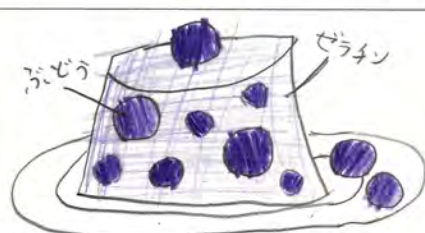
タイトル	西東京市 トマトサラダ
使用食材	トマト、キャベツ、オクラ
イラスト	
コメント	トマトは多め!! オクラは少なめ!! キャベツは多め!!


タイトル	西東京市 フルーツアイスクリーム
使用食材	ぶどう、みかん、
イラスト	
コメント	夏にぴったりなアイスクリームとくちょうは ぶどうとみかんのフルーツです。 茶碗蒸しも作れる


タイトル	西東京市、スペシャルバーベキュー
使用食材	ぶた肉、おくら、にんじん、もも、おろし、にんじん、 おろし、おろし。
イラスト	
コメント	おろしは、オロチ、オイルでココロ、カマツチは、 かげんをきをつける、おろし、おろし、おろし、 ココロ、おろし、おろし、おろし、おろし。

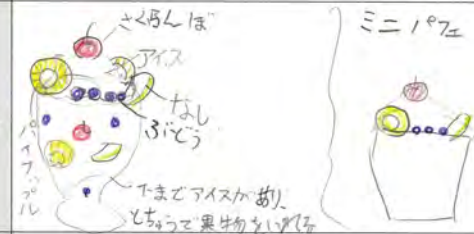
タイトル	新鮮なかん!ぶどうたっぷりかき氷!
使用食材	新鮮なミント、ぶどう
イラスト	
コメント	ぶどうかき氷はまわりにはぶどうをならべ、ぶどう ソースをかける! 追いつぶどう用のソースもかける!

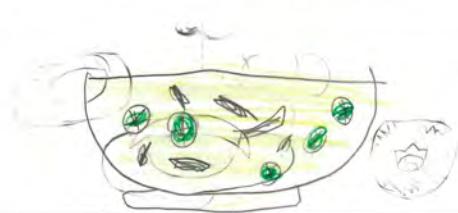
タイトル	なしっぱいおでしりー
使用食材	なし
イラスト	
コメント	なしをいっぱい使っている。カップに入れていいる。

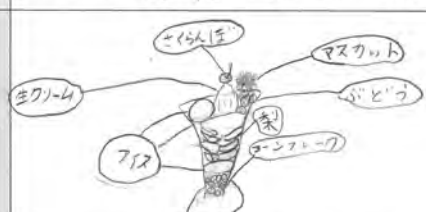
タイトル	西東京ぶどうたっぷりゼリー
使用食材	ぶどう、ゼラチン、ぶどうジュース
イラスト	
コメント	ぶどうがたっぷりあっていい!


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!!。左にあるいちごはにいなかもある。ぶどうは砂糖の味をなくして食べる。


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・ホッキー・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、パイナップル、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	オクラとトマトとレモン、??、おし
イラスト	
コメント	洗ってとってはいいい?


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(バニラ)をまぜる。


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。 アイスは、ほろりん(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、おろし! ケチャップでとうもろこし風にかく! やさしいかな、いろいろいれよう! 西東京、楽しんでます!


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、おろし、ネギは、みじん切りにする。

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	夏の野菜たらちろみそ汁
使用食材	トマト、ホウレンソウ、みそ、ネギ
イラスト	
コメント	夏のやっかいみそ汁!

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、いろいろいれよう!

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	ホムニクウサウマツゴキ
使用食材	ホムニクウゴマ
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。 15

タイトル	夏のフルーリサイダー
使用食材	フめたいサイダー、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

