

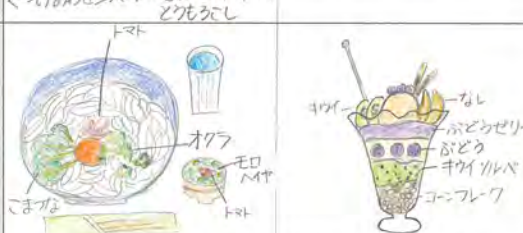


タイトル	トマトチーズ in 卵焼き
使用食材	トマト、チーズ、卵
イラスト	
コメント	トマトは、コロコロを焼く。→そしてチーズをのせる。 チーズは多めにとどけるように！(ソース) 焼けた時にトマトチーズとチーズが溶けあがるように。
(例)	卵焼きを 60

タイトル	Smile Parfait
使用食材	梨、さくらんぼ、パイナップル、ラズベリー、マンゴー、ヨーグルト、いちご
イラスト	parfait 
コメント	夏の旬の果物をたくさん使い、マンゴーの甘さとラズベリー、パイナップルの酸味がきいてとてもおいしい!! 夏に食べたいフルーツ/パフェ

タイトル	夏のさっぱりカラダうどん Nishi Tokyo パフェ
使用食材	モロヘイヤの冷製スープ付き <うどん> こまごま、トマト、オクラ キウイ、梨、ぶどう
イラスト	
コメント	このうどんは西東京の野菜をたくさん使っています。 毎日新鮮な野菜を使用しているためとてもおいしいです。 モロヘイヤのスープととびげんおが代の方々に食べてほしい!!
(例)	1 //