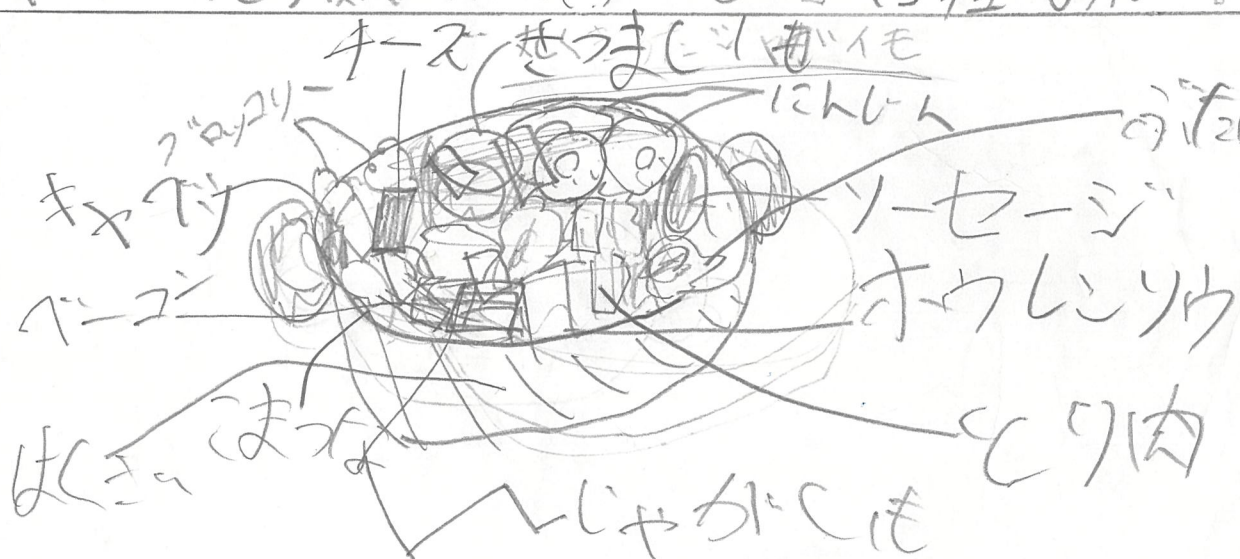


<p>タイトル</p>	<p>西東京野菜さいごろごろツチューニ</p>
<p>使用食材</p>	<p>はくさい、ブロッコリー、にんじん、こまつな、キャベツ、        とうもろこし、じゃがいも、チーズ、ホムレンソウ、ベーコン、とり肉、        ぶた肉、ソーセージ、ツチューのルー(味はなめてモロロ)</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!        西東京市の野菜をたくさんつかう</p>


<p>タイトル</p>	<p>西東京市野さいごろのロシチュー</p>
<p>使用食材</p>	<p>はくさい、さつまいも、キャベツ、たまご、にんじん、ブロッコリー、はくさい、チーズ、じゃがいも、ホウレンソウ、</p>
<p>イラスト</p>	<p>ベーコン、とり肉、ぶた肉、ソーセージ、シチューのルー。</p> 
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！ 西東京市のやさしいレシピつかいました。</p>

<p>タイトル</p>	<p>西東京野菜サラダパフェ</p>
<p>使用食材</p>	<p>にんじん、だいこん、はくさい、じゅがりのも、さつまいも、こまつな          トマト、ブロッコリー、キャベツ</p>
<p>イラスト</p>	<p>上から目+目</p> <p>キャベツ          ぶ          マッシュポテト(ほこしだけ)          ブロッコリー          トマト          さつまいも          入ってる</p> <p>じゅがりのも          はくさい          だいこん          にんじん          (四かた)</p> <p>こまつな</p>
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!</p> <p>にんじんは中である。マッシュポテトはあまめに味つけ!          トマトは中ではないが全分である! あまじょうはいいのが          イメージ!! もりつけはかわいく。</p>

<b>タイトル</b>	西東京市野菜 つめこみ弁当
<b>使用食材</b>	米、ハム、ゆき肉、こまつな、にんじん、キャベツ、さけ、マカロニ、えだまめ、チーズ、ほうれん草、さつまいも、あんこ、たまご、ホイップクリーム、牛乳、ゆうさくらんぼ、オレンジゼリー、ケチャップ
<b>イラスト</b>	
<b>コメント</b>	※味付けなども書いてね! あんこはつぶあんにする プリンは手作り さけは一口サイズ オレンジゼリーも手作り ハムは花がた(王子も)

<p>タイトル</p>	<p>西東京キムチ鍋</p>
<p>使用食材</p>	<p>キムチ、にんじん、キャベツ、肉、玉ねぎ、ねぎ</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね! ピリから キムチたくさん とうふたくさん 肉まもたくさん</p>

とうふ、キノコ

タイトル	さつまいもとりんごのせとうに
使用食材	さつまいも、りんご、レーズン
イラスト	
コメント	<p>※味付けなども書いてね!</p> <p>(レーズン) 西東京市 アイスのせてもおいしいよ!      あまい、りんご、<sup>(レーズン)</sup>どうのさつまいも      さつまいもは、切り切りりんごも 切り切り</p>

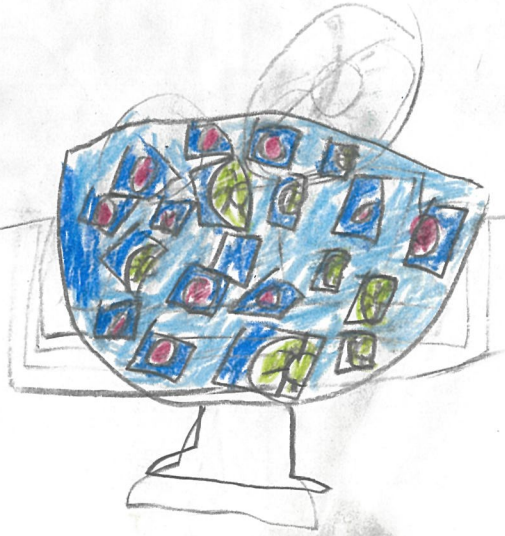
<p>タイトル</p>	<p>ゆずのタルト モンブラン</p>
<p>使用食材</p>	<p>ブルーベリー、ゆず、イチゴ、ゆずクリーム、生クリーム、スノーホワイト、 はちみつ(スノーホワイト)、 にんじん</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね! にんじんケーキのフワフワのしゅわかわをゆずクリームがよく あいます</p>

<p>タイトル</p>	<p>さつまいもパフェ♡</p>	<p>やさしいピカッ</p>
<p>使用食材</p>	<p>さつまいも生クリーム、チョコのボルク        バニラアイス、さつまいもクリーム。</p>	<p>チョコッリ、ほうれん草、チーズ、かぼち、きつね、        じゃがいも、りんご、マンゴ、リータ、ベリーコン</p>
<p>イラスト</p>		
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね!        あまよ ~</p>	<p>みんなにやさしいを好きにな        してほしいです</p>



<p>タイトル</p>	<p>ゆずとにんじんとさつまいものケーキ</p>
<p>使用食材</p>	<p>ゆず、にんじ、さつまいも</p>
<p>イラスト</p>	<p>ゆずのかわ さつまいものきじ にんじんをすりつぶした がっ ケーキきじ</p> <p>ゆずのかわ さつまいものきじ ケーキのきじ</p> <p>断面図</p> <p>前からみた図</p>
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！ あまずりはいい味・ワッキーきじは「サク」と音をたてるかなさ さつまいものきじは上からふんわりとつぶ</p>

タイトル	パリパリ スイートホテト
使用食材	さつまいも。
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね！ スイートホテドの上に、だいがくいもで使われているシロップをぬって、はかりはかりの食感にします。 上に、すし、やきいろが <sup>食感</sup> つくようにします。

タイトル	スカイタワーセリリー
使用食材	ブルーハワイゼリー、キウイフルーツ、いちご、ヨーグルト、レモン、キャベツ
イラスト	
コメント	<p>※味付けなども書いてね!</p> <p>ブルーハワイのゼリーに、ブルーハワイを上からかける。ブルーハワイゼリーのまん中にフルーツをいれる。いちご、キウイ、ヨーグルト、レモン、キャベツ</p>

たべてみた!!! 川島

タイトル トウモロコシスーフ

使用食材 トウモロコシ、里芋、りんご、キャベツ

イラスト

りんごは  
ほしかた  
と三角形  
かいいち  
います

トウモロコシが  
クリームなので  
クリームスーフ  
がカリイと思ます。





里芋は、  
ろんな形  
川です。

キャベツは、  
1まいを  
10  
ぐらいいち

コメント

※味付けなども書いてね!  
あまみの かいいちの せしおをちよ、といれたら  
あまいで、なせなや、いからあまみか  
あるから、しおをちよ、といれたらあまいと書いた

<p>タイトル</p>	<p>野菜たっぷりチーズグラタン</p>
<p>使用食材</p>	<p>さつまいも・チーズ・ブロッコリー・マカロニ・マッシュルーム</p>
<p>イラスト</p>	
<p>コメント</p>	<p>※味付けなども書いてね！  みんなが食べやすい味つけにする！  一口サイズで食べられる大きさにする！</p>

タイトル	ハニーポテト
使用食材	さつまいも、はちみつ、はちみつ
イラスト	<p>スイーツ</p>  <p>はちみつ</p> <p>大学 いも(スイートポテト風)</p>
コメント	<p>※味付けなども書いてね!</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 大学いもは、味が分かるようにごまは、つけない。あまいさつま</li><li>• 西東京市のあまいさつまいもをっかう</li></ul>

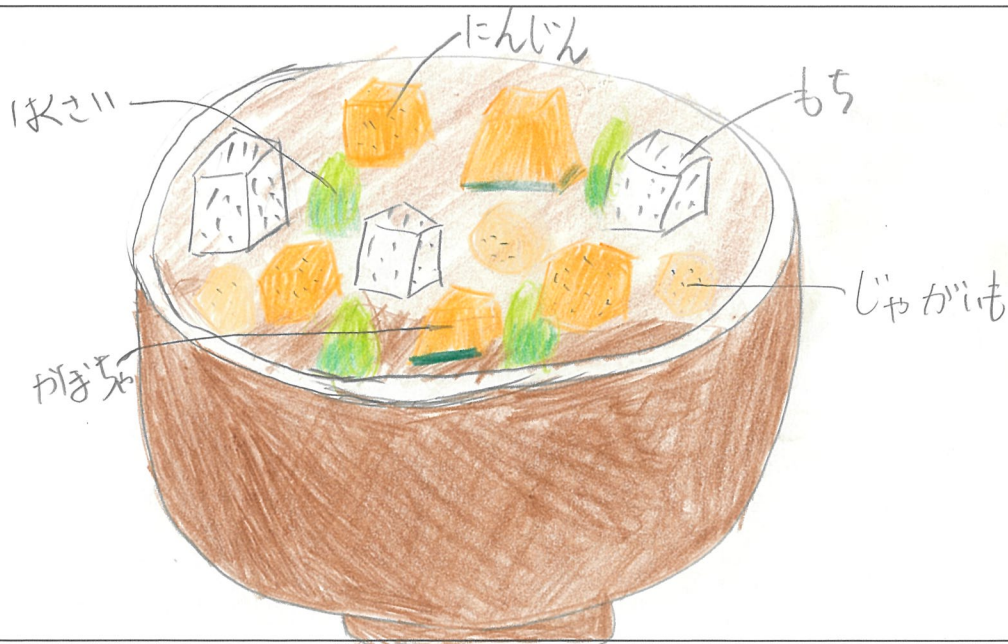
タイトル

もちと野菜のオリジナルみそしる

使用食材

もち・ほくさい・にんじん・かぼちゃ・じゃがいも

イラスト



コメント


※味付けなども書いてね!

• もちは、一口サイズで四角に切る。


• 野菜も食べやすいサイズに切る。

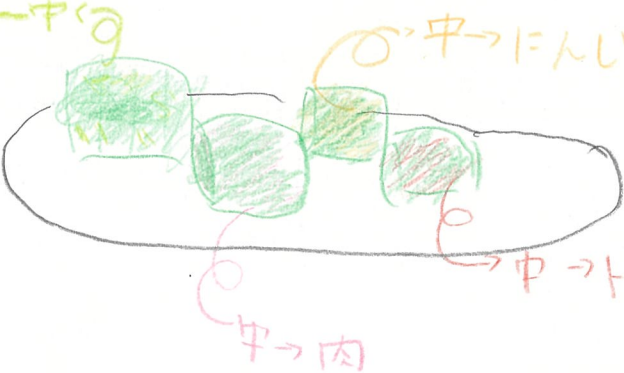
• にんじんは、やわらかめ。

• 味付けは、かくし味でしょうゆを入れる。※みそは必ず

<b>タイトル</b>	さつまいもとチョコチップのカップケーキ
<b>使用食材</b>	さつまいも・チョコチップ・粉ごとう。
<b>イラスト</b>	
<b>コメント</b>	<p>※味付けなども書いてね!</p> <p>チョコチップを少し大きくする。          きじを少ししゃくし、さとうで甘くする。          さつまいもペーストをしつかりと作る!!!</p>



タイトル	冬野菜のトマトソース煮込み
使用食材	はくさい・にんじん・トマト・たまねぎ・ソーセージ ブロッコリー
イラスト	
コメント	※味付けなども書いてね! たまねぎやはくさいを粗くさい入れてスープにあまみを出す。お肉のうまみを出すためにソーセージも入れる。

タイトル	お楽しみロールキャベツ
使用食材	肉・キャベツ・トマト・にんじん・ブロッコリー
イラスト	
コメント	<p>※味付けなども書いてね!      トマトはにこんでキャベツの中に入れる。切ったら出てくるようにする。      あまり調味料はよくかき混ぜない。やさしい本来の味をひきたたせる。汁はトマトロール      キャベツたづからかけない。中身はひみつ。1皿にそれぞれを味をすべて      入れる。</p>