

平成29年度 やんばんる弁当甲子園 入賞作品

しっかり食べようバランス弁当 ～やんばんるの食材を使ってみたさ～

お弁当の タイトル		自分の好きな食べ物だけで作ってみた。		
ふりがな 代表者名 (性別)	みやぎ けんし 宮城 健志 (男)	学校名 (学年)	名護商工高等学校 (3 年)	
食べる対象				
性別：男性 年代：18歳				
献立名				
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん、梅干し ・野菜の肉巻き ・チーズ卵焼き ・鶏肉のテリヤキ ・ほうれん草炒め ・プチトマト 				
使用した野菜の量・種類		地元食材の数・食材名		調理時間 <small>※下ごしらえの時間は除く</small>
115g	5種類	【1種類】 トマト		35分
◆◆◆ お弁当のアピールポイント ◆◆◆				
いろいろよくした。				