

# パパッと作れるで賞

お弁当の タイトル	アメリカと日本のハーフ弁当!!		
ふりがな 代表者名 (性別)	おおしろ みく 大城 未来 あらしろ れあ 新城 怜亜	きしもと ゆの 岸本 有葉 (女)	学校名 (学年) 北部農林高等学校 (3年)
食べる対象			
性別:男 年代:成人			
献立名			
<ul style="list-style-type: none"> <li>・三種のサンドウィッチ チキンサンド ハンバーグサンド アボカドサンド</li> <li>・プチトマト</li> </ul>			
使用した野菜の量・種類	地元食材の数・食材名		調理時間 ※下ごしらえの時間は除く
195g	7種類	【9種類】 人参、卵、レタス、鶏肉、豚肉(アギー)牛肉、トマト、 おくら、きゅうり	20分



## お弁当のアピールポイント

- ◆かわいらしさと、手軽さがポイント。
- ◆沖縄とアメリカのミックスで、大人好みの野菜サンドをメインに、ヘルシーでなおかつガッツリ食べられる、バランスランチ。
- ◆チキンサンドには沖縄の人参シリシリと、油の少ない鶏むね肉を使った。
- ◆畑のお肉アボカドとツナで、ヘルシーにたんぱく質を補給。
- ◆ハンバーグサンドはアギー豚のひき肉を使った。