

食べたい！で賞

お弁当の タイトル	はいたいやんばる！でーじうまい にこにこ弁当			
ふりがな 代表者名 (性別)	みやざと ゆなの 宮里 友南野	みやぎ かほ 宮城 果歩 (女)	学校名 (学年)	北部農林高等学校 (3 年)

食べる対象
性別:女性 年代:20～30歳
献立名
<ul style="list-style-type: none"> ★カリッと美味しいレモン唐揚げ ★美らかーぎーニジリーメー ★ティーダの最高パパイアチャンプルー ★美ら海産泳げさかなくん ★美らスヌイのシークワサー和え ★でーじうまいナムル ★桃色片思い ★A lot of nature 自然がいっぱい



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
175g 9種類	【 11 種類】 鶏もも肉、にんにく、パパイア、ミニトマト、ブロッコリー、人参、もやし、グルクン、もずく、シークワサー、黒糖	35分

💡 お弁当のアピールポイント

- ◆品数は多いのですが、もずくや、ナムルなどヘルシーで手軽に2～3分で作れるメニューを取り入れました。
- ◆茶色のお弁当にならないように色のある野菜を使いカラフルになるように意識しました。おにぎりは顔の絵文字をのりと野菜で作って笑顔満載になれるように作りました。
- ◆やんばるの食材をたくさん使い、栄養が偏らないように工夫しました。食材の自然の色を引き出し、大人の女性でも楽しい気持ちになれるようにデザインにも工夫しました。