


※コピーをしますので、  
ボールペンか2Bのえんぴつ  
で記入してください。

募集テーマ： おいしく健康 3・1・2弁当

タイトル	姉応援弁当	
学校名	◆	
口元津 小学校・中学校		
学 年		
ろ 年		
性別		
男・女		

「食べてもらう人(家族や友達など)へのメッセージ」を、書いてください！

一人暮らしの姉	のために作りました。
かぼちゃじゃがいも、きゅうりなど、南島原の野菜をたくさん使って作りました。	
五大栄養素を考えて作ったので、栄養満点です！彩りを考えて作りました。	
おいしく食べてくれるとうれしいです。	

「食べた人(家族や友達など)からの言葉」を、書いてください！

遠くにお住まいなどで実際に食べてもらえない時は書かなくていいです。



姉	より
一人暮らしで栄養バランスが偏りがちだったので、栄養バランスや彩りが考えられたお弁当を食べられてよかったです！おいしかったです。	

募集テーマ： おいしく健康 3・1・2弁当

タイトル	栄養弁当
------	------

学校名	◆写 
小学校 <input type="radio"/> 中学校 <input checked="" type="radio"/>	
学 年	
3 年	
性別	
男 <input type="radio"/> 女 <input checked="" type="radio"/>	

「食べてもらう人(家族や友達など)へのメッセージ」を、書いてください！

母	のために作りました。
給食で出る、私が好きなキュウリとキャバツの	
ゆかりあえを入れました。味わ。てください。	

「食べた人(家族や友達など)からの言葉」を、書いてください！


遠くにお住まいなどで実際に食べてもらえない時は書かなくていいです。



母	より
野菜のおかずがいろいろ入っていて、栄養 バランス も彩りも	
味も 良く、おいしかったです。ありがとう!! ♪	

募集テーマ： おいしく健康 3・1・2弁当

タイトル	夏バテ 予防にピッタリ料理
------	---------------

学校名	◆写 
小学校 <input type="checkbox"/> 中学校 <input checked="" type="checkbox"/>	
学 年	
3 年	
性別	
<input checked="" type="radio"/> 男 ・ 女	

「食べてもらう人(家族や友達など)へのメッセージ」を、書いてください！

家族	のために作りました。
おいしく食べてね！	

「食べた人(家族や友達など)からの言葉」を、書いてください！

遠くにお住まいなどで実際に食べてもらえない時は書かなくていいです。



母	より
毎日暑いので冷たいお肉に夏野菜が沢山入っていておいしかった。	
かつ丼も味が合っていて、おいしかった。 ごちそうさまでした。	

募集テーマ： おいしく健康 3・1・2弁当

タイトル	夏野菜たっぷり弁当
------	-----------

学校名	
小学校・中学校	
学 年	
3 年	
性別	
男・女	

「食べてもらう人(家族や友達など)へのメッセージ」を、書いてください！

母	のために作りました。
南島原産のしいたけ、オクラ、たまねぎなどを使って作りました。	
あまったオクラをごはんの上にのせて彩りを考えました。	

「食べた人(家族や友達など)からの言葉」を、書いてください！

遠くにお住まいなどで実際に食べてもらえない時は書かなくていいです。



母より	より
おとらがパンコでまいてあっておいしかった。お。	
おとら目も王山いてお。	