

募集テーマ：<sup>ほしゅう</sup> いち押し<sup>お</sup>野菜<sup>やさい</sup>弁当<sup>べんとう</sup>

|      |            |
|------|------------|
| タイトル | スタミナピリカラ弁当 |
|------|------------|

|                |                                                                                     |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 学校名            |  |
| 北有馬<br>小学校・中学校 |                                                                                     |
| 学 年            |                                                                                     |
| / 年            |                                                                                     |
| 性別             |                                                                                     |
| 男・女            |                                                                                     |

「<sup>た</sup>食べてもらう人<sup>ひと かぞく ともだち</sup>(家族や友達など)へのメッセージ」を、<sup>か</sup>書いてください！

|                                                                     |            |
|---------------------------------------------------------------------|------------|
| 父                                                                   | のために作りました。 |
| バランスの良い献立にして主菜の中にはししとうを<br>いれてピリカラにしあげたよ。そしてお口直しのぶどうも<br>最後にたのしんでね。 |            |

「<sup>た</sup>食べた人<sup>ひと かぞく ともだち</sup>(家族や友達など)からの言葉」を、<sup>か</sup>書いてください！

遠くにお住まいなどで実際に<sup>じっさい</sup>食べてもらえない時は書かなくていいです。

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| 父                                                                   | より |
| 夏バテ気味で食欲がなかったのですが、色どり・味ともにとてもよく<br>完食致しました。ピリカラは食欲がわきました。ありがとうございます |    |

募集テーマ：

いち押し野菜弁当

タイトル

彩り弁当

学校名

北有馬

小学校・中学校

学年

1 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！

お母さん

のために作りました。

彩りがよくなるように、卵やハムを使いました。  
栄養バランスも考えて、たくさん野菜を使った  
り、ごはんにはわかめを入れて、わかめごはんにし  
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

少しでも多くの野菜を作ろうと、卵焼きにもネギを入れるなど工夫された  
お弁当でした。味もボリュームも良くおいしかったです。

募集テーマ：いち押し野菜弁当

|      |         |
|------|---------|
| タイトル | 色どり野菜弁当 |
|------|---------|

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 学校名                    | <div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="margin-right: 10px;"> <p>◆<small>しゃしん</small><br/>写真</p>  </div> </div> |
| 北有馬<br>小学校・ <u>中学校</u> |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 学 年                    |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| / 年                    |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 性別                     |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 男 ・ <u>女</u>           |                                                                                                                                                                                                                                                   |

「<sup>た</sup>食べてもらう人<sup>ひと かぞく ともだち</sup>(家族や友達など)へのメッセージ」を、<sup>か</sup>書いてください！

|                                                                                        |                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 高校生の姉                                                                                  | <u>のために作りました。</u> |
| いつも吹奏楽を頑張っている姉に気持ちをこめて、お弁当を作りました。姉の好きなコロッケや卵焼きを入れています。暑い日が続くので、この弁当を食べて、スタミナをつけてください！！ |                   |

「<sup>た</sup>食べた人<sup>ひと かぞく ともだち</sup>(家族や友達など)からの言葉」を、<sup>か</sup>書いてください！

<sup>とく</sup>遠くにお住まいなどで<sup>じつさい</sup>実際に<sup>た</sup>食べてもらえない時は<sup>とき</sup>書かなくていいです。

|                                                                                    |  |
|------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 姉 <u>より</u> 妹が心をこめて作ってくれたお弁当は、栄養たっぷりでもおいしいからです。これからも暑い日が続くけど、このお弁当を食べたので頑張れる気がします。 |  |
|------------------------------------------------------------------------------------|--|

募集テーマ：

いち押し野菜弁当

タイトル

いろいろ野菜弁当

学校名

北有馬

小学校・中学校

学年

1

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！

弟

のために作りました。

これを食べて、集中して、勉強に取り組んでね。

「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。

弟

より お弁当おいしかったです

べんちやうはかひ、なよ。またつくってね。😊

募集テーマ：

いち押し野菜弁当

タイトル

野菜色どり弁当

学校名

北有馬

小学校・中学校

学年

1 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！

お母さん のために作りました。

食事では、お母さんがいつも自分より私に栄養バランスのととのった食事を食べさせてくれて、お母さんは、いつも、あまり栄養バランスがととのっていない食事をしているので、お母さんに栄養のあるものを食べてもらいたいと思って作りました。

「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。

お母さん より 色鮮やかで、見ても食べてもイ分楽しめました。

おバアの料理に野菜が使われて、お肉が少なめでも、十分満足のお弁当でした。おいしかったです！！