

募集テーマ：

いち押し野菜弁当

タイトル

地元のおいさつめこみ弁当

学校名

南有馬

小学校・中学校

学 年

/ 年

性別

男・女

写真



「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。

いつも、ご飯や弁当は、お母さんが作ってくれるので、今日は、私が作りました。とっても時間がかかったけど、味付けは、自分なりにつけたので食べてください。これはあちゃんが作ったきゅうり、じゃがいも、人参、両親が作った米、特産品の原城わかめ、雲仙産の雲仙ハム、卵をつかって作りました。

「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。

母 より

メニューから自分で考え、大好きなものを詰め、とっても美味しくできました!!
妹にも沢山の愛をこめてお送りしてあげよう。何事もチャレンジして、もっと上手になあれ〜!

募集テーマ： いち押し野菜弁当

タイトル	ひよつる弁当。
------	---------

学校名	
南有馬 中学校 小学校・中学校	
学 年	
中学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！

私の お母さん、	のために作りました。
私が部活の時、いつもおいしいお弁当を作ってくれてありがとう。	
冷蔵庫のあまり物があんなにおいしい弁当になるなんて、すごいです。	
でも、私が一番好きなお弁当は、園遠の時のお弁当です。園遠の時は、いつも、私の好きな物だけをつめてくれる。そのお弁当は、まるで宝箱のようです。	
私は、どんなお弁当でも、お母さんが作るお弁当が大好きだよ。 by 遮那	

「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	久しぶりに娘のお弁当を食べた。おいしいのはもちろんのこと、工夫して私でも作りたいという工夫も使ったのには、ビックリでした。冷蔵庫にある物で、使ってくれて、トマトのバリエーションもちゃんと米から作って、とてもおいしかったです。
------	--

募集テーマ：

いち押し野菜弁当

タイトル

元気になる 栄養まんてん弁当

学校名

南有馬

小学校・中学校

学 年

1 年

性別

男・女

◆写



「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。

卵でハートを作り、アレンジしました。すきまにブロッコリーを入れ、しぎつめしました。いろいろどりにして見映えを良くしました。おいしいといってくれるとうれいです。またオクラの肉まきには片栗粉をまぶし、しょうゆを入るとどうみがかうようにしました。キャベツで塩キャベツ、うー油キャベツの2種つくりました。このお弁当でお腹いっぱいになってくれるといいです。

「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。

母 より

毎日自分で作っていましたが、娘が作ってくれたお弁当は、愛情に、よりでおいしかったです。ありがとうございました。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

熱中症防止塩しもん焼きそば弁当

学校名

南島原市立
南有馬

小学校・中学校

学 年

2 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！

お父さん

のために作りました。

毎日続く猛暑で疲れたときも食ややすい焼きそばにしました。さっぱり食べられるようソースではなく塩焼きそばにし、夏にぴったりの塩しもんを加えました。ピーマン・にんじん・キャベツ、おくらなど野菜も入っており栄養満点です！おにぎりには母がつけたできたての梅干しを入れ熱中症防止！まだまだ暑いけどお仕事がんばってね。私も部活やテストなどがんばります。また一緒に出かけたり遊んだりしようね。

「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。

父

~~お父~~がう

現場に出る仕事もあり、夏場は汗をひてもかきます。塩しもん焼きそばは、熱中症対策にとってもおがたかたです。ピーマン、おくら、母方の祖父母が栽培した野菜でたくさん使っていました。肝心の味もとてもおいしく、おにぎりもベストマッチでした。ごちそうさま。また作ってね！