

※コピーをしますので、  
黒のボールペンで  
記入してください。

募集テーマ：**カラフル野菜弁当**

タイトル	スパゲッティ弁当
------	----------

学校名	
南有馬 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！

家族	のために作りました。
いつも美味しいご飯を作ってくれるお母さんのために作りました。彩りを良くするために卵焼きにも工夫しました。	
スパゲッティなのでピーマンやオレンジの色でカラフルにして野菜もなるべく入れて栄養があっておいしいと思います。	
これからも美味しいご飯よろしくお願いします！	

「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
彩りや栄養を考えて家族の為に作ってくれたお弁当は、とてもおいしかったです。	



※コピーをしますので、  
黒のボールペンで  
記入してください。

募集テーマ：**カラフル野菜弁当**

タイトル	あるある！地元の野菜弁当
------	--------------

学校名	
南有馬 小学校・ <u>中学校</u>	
学年	
3年	
性別	
男・ <u>女</u>	

「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。
<p>出かける機会もなかなか無い今、気分だけでもピクニック に行ったよけになるといいなあと思ってつくりました。 栄養バランスもしっかりと考え、色どりにこだわって楽しく 食えることができるようになりました。</p>	

「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 オクラと豚肉で色んな作り、シソを仕切りに入けて作り、おにぎりも手まり風にしてあげたりして楽しいお弁当にしてみました。家でもピクニック気分を楽しめました！
---	---



※コピーをしますので、  
黒のボールペンで  
記入してください。

募集テーマ：  
カラフル野菜弁当

タイトル	体力をつけよう弁当
------	-----------

学校名	
南有馬	
小学校・ <u>中学校</u>	
学年	
3年	
性別	
男・ <u>女</u>	

「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!

家族と自分 のために作りました。

今、コロナウイルスが流っているから、体力をつけて健康でいてほしいという気持ちを込めてつくりました。卵焼きには、ネギを入れたり野菜炒めなどで野菜をたくさん使えるよう考えてつくりました。コロナウイルスだけでなく熱中症にも気を付けていつまでも健康でいてください。

「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

赤、黄、緑と色とりよくとり入れ、おいしい弁当ができました。沢山野菜を食べ、元気に夏のりきりな日々。



※コピーをしますので、  
黒のボールペンで  
記入してください。

募集テーマ：**カラフル野菜弁当**

タイトル	栄養満点!! 三色丼とみそ炒め弁当
------	-------------------

学校名	南有馬 小学校・中学校
学年	3年
性別	男・女



2020.08.04 17:28

「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。

今年はずいぶん遠足や部活の旧練習もなく、あまりお弁当を食べる機会がなくて少し残念な  
たけい。毎日の食事かとてもおいしくてとてもうれしいよ。いつも私のことを応援してくれて  
ありがとう! お母さんのおかげでいつもかんはかてるよ! 今回のお弁当は祖父母か  
育てたナス、ピーマン、オクラなどの野菜をた、ふり使、たよ! もち料理の腕か上かするうに  
かんはるね。勉強、部活もかんはるのだからかからもよろしくね!

「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

レシピを見ながら初めて作、た三色丼はそぼろも母も上手にできていておいか、たよ。  
新しいレポートリーがふえてよか、たね。ナスもみそが香、ておいか、たよ。