


家族の好きな味で、たっぷり野菜をお肉と一緒に  
野菜の肉巻き～お好み焼き風～



令和3年度新宿区メニューコンクール  
中学生部門 優秀賞作品 



おいしく楽しく 野菜を食べよう!

野菜に多く含まれるビタミンやミネラル、食物繊維等がからだの調子を整えます。健康づくりのために1日に必要な野菜は350gです。日常の食事のなかで、おいしく楽しく野菜をとりましょう。