


鮮やかな色合いと香りで食欲そそる

# 重ね野菜の和風焼き



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。