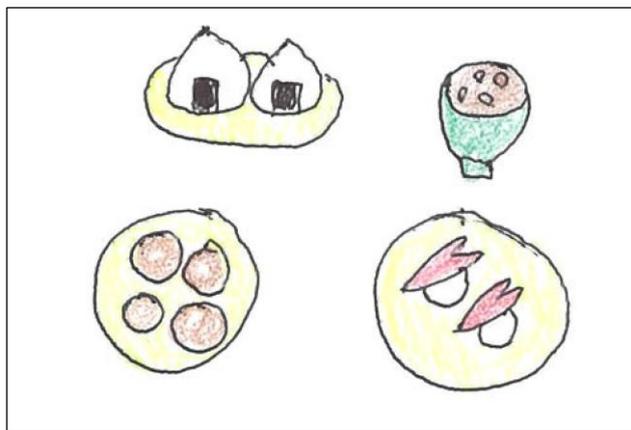


# 最優秀賞

## 朝ごはん献立名

- おにぎり
- みそ汁
- 納豆おやき
- りんご



## ★おすすめポイント

おやきは、子ども達がたくさん食べてくれるメニューです。

## 料理名【納豆おやき】

### 材料（2人分）

納豆	1パック
キャベツ	1枚
卵	1個
ピザ用チーズ	少々

## 料理名【みそ汁】

### 材料（3人分）

豆腐	1/2丁
白菜	2枚
玉ねぎ	1/2個
みそ	

## 作り方

- ① 納豆と卵を合わせて、細かな泡が立つまで混ぜる。（たれも入れる）  
細かく切ったキャベツとチーズも入れて、お好みの大きさに両面焼く。



健康いざはや21応援隊マスコットキャラクター e-ササオくん

最優秀賞の献立は  
子どもが大好きな献立です。