



大根グラタン→11P



もやしのピリ辛ナムル→15P



トマトの卵どんぶり→6P

毎日おいしく・たのしく・すこやかに。

組み合わせて楽しもう♪

# 当別産 野菜たっぷり レシピ集

主食

主菜

副菜

汁物

常備菜

デザート

- 主食<10品>..... 3P~7P
- 主菜<9品>..... 8P~12P
- 副菜<9品>..... 12P~16P
- 汁物<5品>..... 17P~19P
- 常備菜<5品>..... 19P~21P
- デザート<3品>..... 22P~23P



カラフルピクルス→21P



はんぺんふわふわ団子スープ→17P



トマトジュースのゼリー→22P