

広島国際大学 健康レシピコンテスト応募用紙

メニューのタイトル					
このメニューに込めた「スポーツを頑張っている人」へのメッセージ					
名 前(フリガナ) (グループの場合は代表者及び人数)		性別 男・女	年齢及び学年 歳 年生	学校名	
連絡先(自宅)	〒 ー			TEL	
写真L版				このメニューを食べてほしい人	
				その人がしているスポーツの種類	
				工夫した点	
				弁当箱の容量 ml	
材料(1人分)		次の①②③のレシピをそれぞれ記入してください。 ①主食(ごはんやパン) ②主菜(肉、魚、卵や豆腐など) ③副菜(主に野菜類)			
料理名	材料名	分量(g)	作り方		

※記入漏れの無いようお願いします。
 ※必要であれば裏面もご利用ください。

料理名	材料名	分量(g)	作り方

※記入漏れの無いようお願いします。