



きっかけ

たてわり学しゅうでまちのお弁当やさんの新しいメニューを考えています。

色んなしごとの人のあったらいいなと思う弁当を考えたいと思ったからです。

しらべたいこと

色んなしごとの人のあったらいいなと思う弁当を考える。

ほうほう

どんなしごとの人

- プロ野球せんしゅ
- 書店いん
- しんかん線うけんせんしゅ
- 医し

どうぐ

しごとの☒かん

お弁当の本

# 医しのべん当

<5色パーフェクトべん当>

黒色サンド  
ステーキのり



トマト・パチカ(赤)  
ハム  
金りんごのパン  
赤色サンド

白サンド  
チーズパチカ(黄)  
白パン  
黄色サンド

ワスきゅうり  
アホカ  
小まっな  
ほうれん草のパン  
緑色サンド

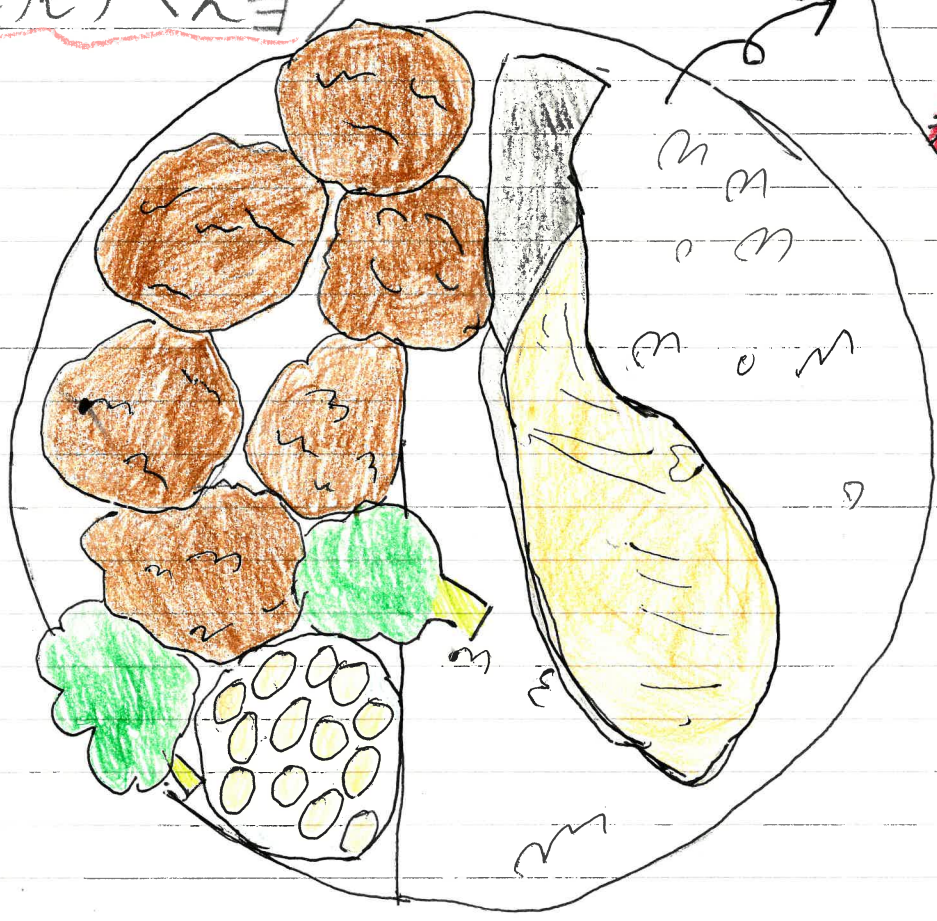
ステーキ  
ハンバーグ  
ふろりの白パン  
白色サンド

## <説明書>

- ・医しは、いつも、いそがしいからかた手で時間をかけなくても、いばうに、サドクツにしたい。
- ・サンドウツチは、むとむとランゲームをしながらかた手でたべられよう。
- ・パンに、肉などのぐざいをはさんだものを作らせたものがはまり。
- ・いそがしい中でも、いばうバランスがとれるように、5色、(赤黄緑白黒)の色を入れた。
- ・やさいをたくさん入れて、ビタミンもいばうとれるようにした。
- ・ねだんは、4500円ぐらい。(ステーキが入っているから高い)

# プロ野球せん手弁当

## ボールモリモリ弁当



弁当箱のふた

### <入れるおかず>

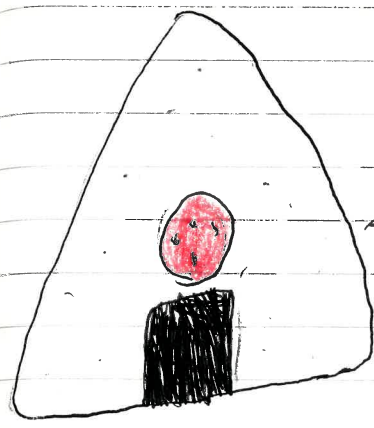
ごはん、さけ、からあげ、ブロッコリー、大豆

### <説明・工夫>

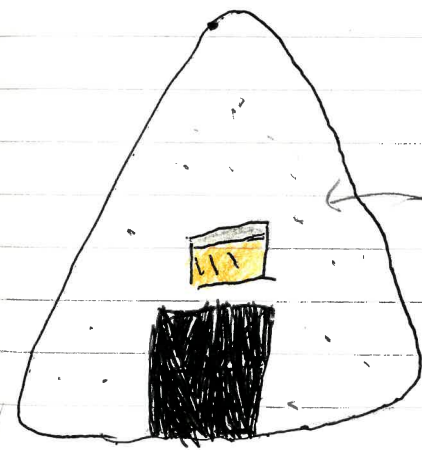
- 体をなつかす。トレーニングする人。
- 大豆、さけ、さかな、などのたんぱく質をたくさん入れた。だから、きんにくモリモリになって、きつがるだろう!!
- いそどりのために、ブロッコリーを入れた。
- うんどうする人にいいと思う。
- ごはんもたくさん入れたから、カロリーもたくさんあるはず。
- ねたんは、800円くらい。(からあげを6にいれたから少し高い)

# 書店いんべん当

＜心があたたか弁当＞



油  
おにぎり  
(けい菜)

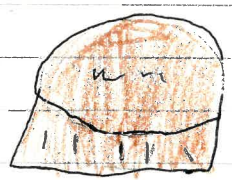


さけ  
おにぎり  
(けい菜)

シチュー



にんじん  
ごぼう  
かぼちゃ  
ほうれん草  
とり肉

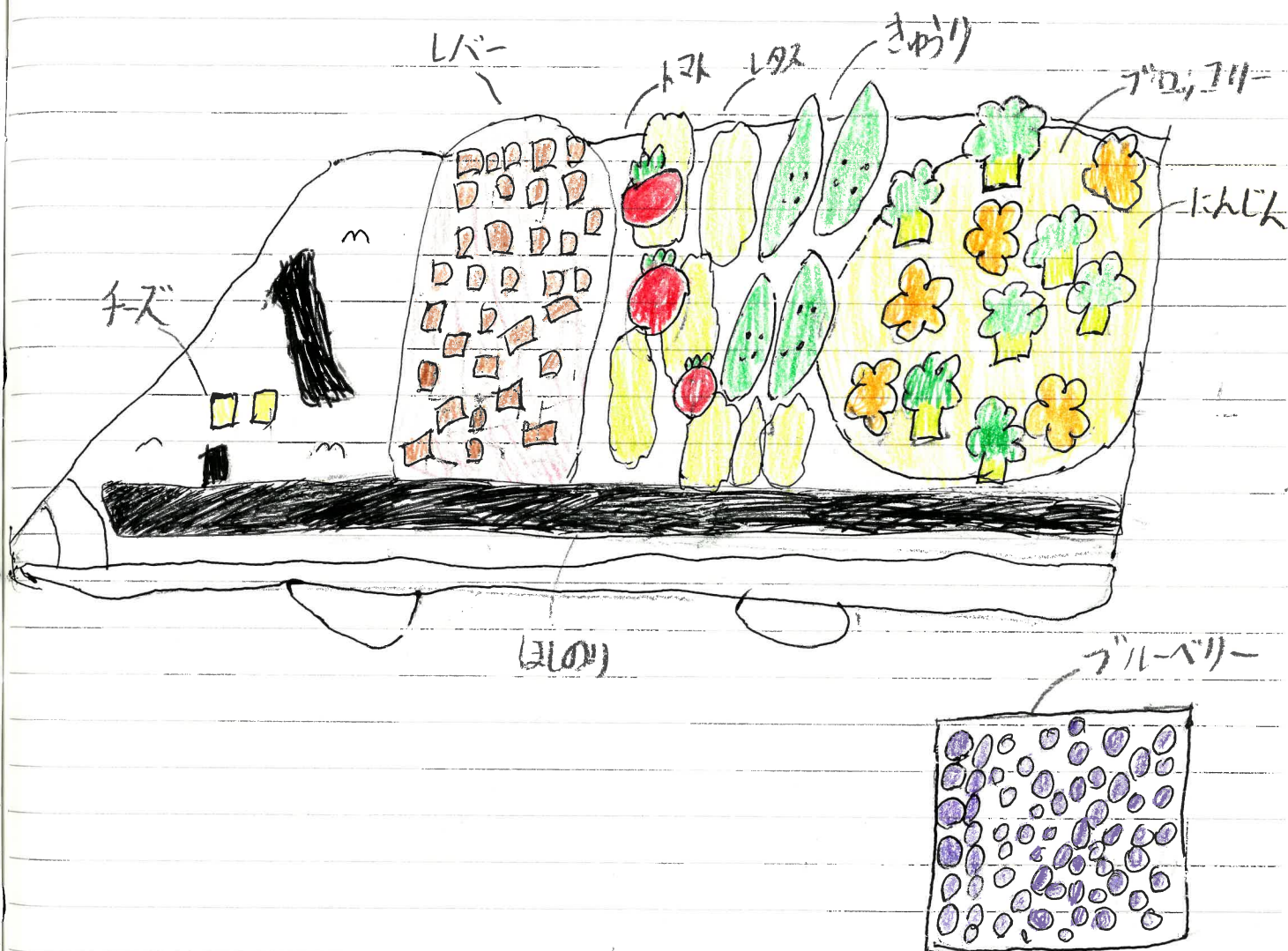


## ＜説明・工夫＞

- ・おとくーらのきいたへゆでいるからあたたかものがいいと思った。
- ・シチューだったらおにぎりであうからいいと思った。
- ・油おにぎりはすっぱいからねむくなっても目がさめると思った。
- ・体をあたたかくする食べものをいっぱい入れた。
- ・つめたところにいる人にはいいと思う。
- ・ねた人は600円ぐらい(シチューと油おにぎりやさけおにぎりたけだからちよとひく)

# しんかん線うんてん手の弁当

〈とおいが見わたせる弁当〉

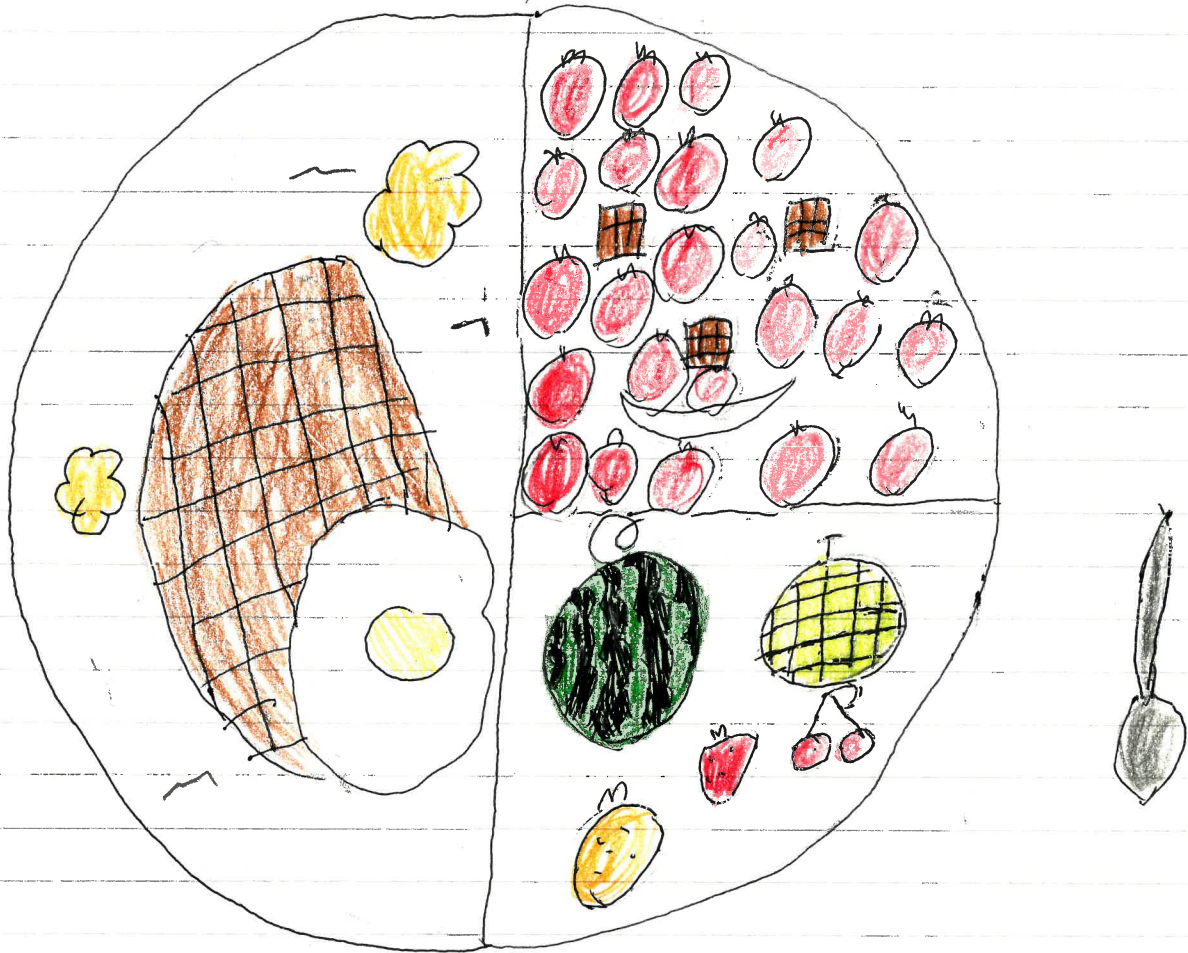


## 〈説明・工夫〉

- ・目がよくなるようにレバーやにんじんを入れました。
- ・いろいろな色のためにトマトを入れました。
- ・しんかん線が本物だと思わせるためにしんかん線の形にしました。
- ・デザートにも目がよくなるためにブルーベリーを入れました。
- ・チーズは、ライトのために入れました。
- ・ねた人は750円くらいです。(デザートがきつたから高め)

# わたしが食べてみたい弁当

## 〈中みかびびくり弁当〉



### 〈説明・エト〉

- こたまずいかとホサイロンを入れました。まるごと入っているからびびくり!
- ハンバーグに目玉焼きをのせました。ハンバーグが大きいのでびびくり!
- トマトが大きいのでトマトをいれたいいれしました。大きすぎてびびくり!
- ねた人は1300円ぐらい(こんなに入っているのに)やさい!びびくり!
- ステーキとたまねぎでかおになっているからびびくり!

## 分かったこと

・きん肉をつけるには、タンパクしつがみつよう。

・にんじんやごぼうなどのこんさいは体をあたためる。

・レバーやにんじんには目がよくなるせい分が入っている。

・赤、黄、緑、白、黒の5色の色のたべものを入れると、えいようバランスがよくなる。

## かんそう

いろいろなしごとの人のお弁当を考えるのが楽しかった。

・自分で絵を書いていておいそうと思った。

さん考文けん

- 1) 杉山崎さと美, 2023年, 「じぶんのできた! おべんとうの本」, かぶしき会社ほるぷ出版
- 2) みね月かおり, 2017年, 「えきべんべん」, 13人ネ士
- 3) ダンノマリコ, 2013年, 「たのしい! おべんとうパーティーメニュー」, かぶしき会社金のほし社
- 4) わのぎじゅつを知らる会, 2021年, 「子どもにつたえたわのぎじゅつ」, 文けいどう

