**【****テーマ】 トマトを使ったアスリートフード**

氏名：　　　　　　　　　　　　　保有資格：アスリートフードマイスター●級

|  |  |
| --- | --- |
| **＜メニュー名＞** | |
| **＜材料＞　●人分**  ・  ・  ・  ・  ・  ・  ・  ・ | **＜画像＞**　※出来上がり写真を貼り付け |
| **＜作り方＞**  **＜備考＞** | |
| **＜アスリートフードとしてのおすすめポイント＞　※トマトおよび食材のポイントなど** | |
| **＜おすすめしたいアスリート対象者＞　※年齢・競技・タイミングなど** | |