さいこう

「菜幸の1皿」レシピ応募用紙

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ① | 氏　名 |  | ふりがな |  |
| ② | 郵便番号 |  | ④ | 電話番号 |  |
| ③ | 住　所　 |  |
| ⑤ | レシピ掲載時のニックネーム（記入がない場合はイニシャルを掲載します） |  |
| ※所属、学校名の記入と公開の有無のいずれかに〇をつけてください |
|  | 所属または学校名 |  | 所属、学校名の公開 | 有　無 |
| ⑥ | レシピ名（15文字以内） |  |
| ⑦ | 1人分の材料　 |
|  |
| ⑧ | 作り方（3工程くらいの簡単な作り方） | ⑨ | 写真貼り付け場所 |
| 　　　　　　 |  |
| ⑩ | 1人分のおおよその値段 | 円 |
| ⑪ | どの世代におすすめしたいか、下記の3つから選び〇をつける |
| 1人暮らしの10代・20代　　　　　　　　　　子育て世代　　　　　　　　　　高齢者 |
| ⑫ | レシピのエピソードやコメント（1行20文字で2行以内） |
|  |
| ※お寄せいただいた個人情報は「菜幸の1皿」レシピ募集のみに使用いたします。※スマートフォン等ファイルの取り込みが難しい場合は必要事項をメールに記入し、写真を添付してご応募ください。 |