

目 次

春 の 味

鯛めん	1
ばら巻きずし	2
ぶつつう	3
えそのてんぷら	4
鯛めし	5
あみ笠だんご	6
ちまき	7

冬 の 味

紅白なます	19
てっぼう和え	20
煮菜（にじゃー）	21
お月様のかぼちゃ汁	22
くわいの甘煮	23
がじつ和え	24
ぬた	25

夏 の 味

はもの湯びき	8
ねぶとのから揚げ	9
いとこ煮	10
冬瓜なます	11
たこめし	12
べろだんご	13

親善・友好都市の味

みそ煮込みうどん	26
海鮮チャプチェ	27
アボド	28
ロコモコ	29
サーモンチャウダー	30

秋 の 味

うずみ	14
ばら寿司	15
あずま寿司	16
れんこんのはさみ揚げ	17
柿のしら和え	18



ふくっぴー
「健康ふくやま21」の
イメージキャラクターです。