

■ は絵本

■ は子ども向け

■ は一般向け

No.	タイトル	著者	出版社	おすすめ
1	いただきますあそび	きむらゆういち	偕成社	
2	おべんとうばこのうた	さいとうしのぶ	ひさかたチャイルド	
3	ひもほうちょうもつかわない 平野レミのおりょうりブック	文:平野レミ 絵:和田唱、和田率 デザイン:和田誠	福音館書店	
4	きせつの行事りょうり	禰宜田 直子	小学館	
5	おいしいごはんができるまで1 そだてるおにぎり	文:真木文絵 写真・絵:石倉ヒロユキ	偕成社	
6	カレー語辞典	監修:加来翔太郎 イラスト:オカタオカ	誠文堂新光社	○
7	なぜ、子どもはピーマンが嫌いなのか?	幕内秀夫	西日本新聞社	○
8	なにを食べたらいいの?	安部司	新潮社	
9	栄養素キャラクター図鑑	監修:田中明、蒲池桂子 イラスト:いとうみつ	日本図書センター	○
10	かんたん!勝負ごはん	小栗左多里 料理:小栗一江、トニーラズロ	ヴィレッジブックス	○
11	クックパッド☆栄養士のれしぴ☆のおいしいキッチン♪2	上地智子	宝島社	
12	クックパッド☆栄養士のれしぴ☆のおいしいキッチン♪3	上地智子	宝島社	○
13	クックパッドのおいしい 厳選!定番レシピ	監修:クックパッド株式会社	新星出版社	
14	クックパッドのおいしい 厳選!野菜の作りおき	監修:クックパッド株式会社	新星出版社	○
15	親子でおいしい大評判レシピ	長谷川りえ	双葉社	
16	これならできる!!毎日ラクチン! 作りおき+使いきりおかず	武蔵 裕子	永岡書店	
17	藤原さんちの大人気ごはん	みきママ(藤原美樹)	主婦と生活社	
18	おうちで給食ごはん	佐々木十美	北海道新聞社	
19	子どもに野菜!はスープがいちばん	田辺由布子	文化出版局	
20	中島デコのマクロビオティック パンとおやつ	中島デコ	パルコ	
21	子どもに食べさせたいおやつ	おかあさんの輪	暮らしの手帖社	
22	自給自足の自然菜園12カ月	監修:竹内孝功 著:新田穂高	宝島社	