



レシピの品質基準

■ 必須項目

- サムネイル写真

実際に作った完成後の料理写真（明るく、料理が判別できるもの）

- 説明文

どんな料理か簡潔に説明（特徴、工夫した点、活用シーンなど）

- 材料と分量

使用した材料とおおよその分量（g・mlなど単位付き推奨）

- 調理手順

最低3ステップ以上の具体的な手順（写真付きが望ましい）

- 対象月齢 / 年齢

想定される対象年齢への分類

- カテゴリー

適切な料理カテゴリーへの分類

■ 栄養・専門性に関する項目（必須）

- 栄養のポイント

このレシピに含まれる主要な栄養素や栄養的特徴（例：鉄分補給、カルシウム強化、食物繊維が豊富 など）

- 成長発達への配慮

咀嚼・嚥下・消化など成長段階に配慮した食材の切り方、味付け、硬さの工夫

- アレルギー情報

アレルギーリスクが高い食材（卵・乳・小麦など）の有無を明記

■ 推奨（あれば尚良し）

- 簡単なアドバイスやコメント（調理のコツ、忙しい家庭への配慮など）