参考資料

『みんなの作りおき日記 週末ひと手間、平日らくらく。』（SE 編集部 編）中面のご紹介

■『みんなの作りおき日記』（翔泳社）
P25（03：YUKA さん）より抜粋

2015/01/20　冬のジャーサラダ
2015/01/23　お稲荷弁当とボトルサラダ
2015/01/25　今週の常備菜祭り
2015/01/30　常備菜で乗り切る週末弁当

■『みんなの作りおき日記』（翔泳社）
P35（04：Tammy さん）より抜粋

2015/08/27　今週の冷蔵庫と常備菜

※その他のページもこちらから立ち読みできます
http://www.shoeisha.co.jp/book/preview/9784798143415