

# Obsah

- 5 **Ahoj, bento! Stručný úvod k japonským bento krabičkám**
- 6 **Rozvržení obsahu krabičky**
- 7 **Obědové krabičky, kuchyňské náčiní a doplňky**
- 12 **Suroviny pro veselé obličejce**

## Roztomilá stvoření

- 16 Medvídek
- 18 Housenka
- 20 Kuřátka
- 22 Jejda! Myška!
- 24 Huňaté jehňátko
- 26 Žabičky
- 28 Anděl strážný
- 30 Rozesmáté sluníčko
- 32 Hladová rybka
- 34 Kočička Micka & zlatá rybka
- 36 Slečna chobotnice
- 38 Prasátkové burgery
- 40 Lední medvěd
- 42 Retro dívky
- 44 Roztomilé sendviče
- 46 Opalující se krabi
- 48 Sýroví medvídci
- 50 Malí tygříci
- 52 Mroži

## Pohádkoví kamarádi

- 56 Kamarádi z čarovného lesa
- 58 Dupka, Hupka a Bambulka
- 60 Mášenka a tři medvědi
- 62 Chytila jsem na pasece čmeláka!
- 64 Piknik s beruškami
- 66 Skřítkci
- 68 Červená slepička
- 70 Červená karkulka

- 72 Kouzelné jarní květinčky
- 74 Muchomůrky
- 76 Mužík Musubi
- 78 Petr Pan
- 80 Rusovlasá princezna
- 82 Tajuplná zahrada
- 84 Lední medvídek
- 86 Tři prasátka
- 88 Třpyť se, třpyť se, hvězdičko!

## Výjimečné události

- 92 Podzimní listí
- 94 Oslava na pláži
- 96 Medvědí kamarádi
- 98 Dárek k narozeninám
- 100 Klučičí den
- 102 Výlet autem
- 104 Vánoční tučňáci
- 106 Omeleta pro ranní ptáče
- 108 Velikonoční košíčky
- 110 Holčičí den
- 112 Miluji tě!
- 114 Palačinky s myškou
- 116 Party s pizzou
- 118 Deštničky
- 120 Plachetnice
- 122 Sněhulák
- 124 Máme rádi sport!
- 126 Letní sendviče
- 128 Veselá vajíčka
  
- 130 **Další recepty na svačinky a obědy**
- 138 **Jak vyrobit kuřátko, které se zrovna líhne**
- 139 **Slovníček**
- 140 **Kde nakupovat**
- 142 **Vaše vlastní nápady a recepty**
- 144 **Poděkování**