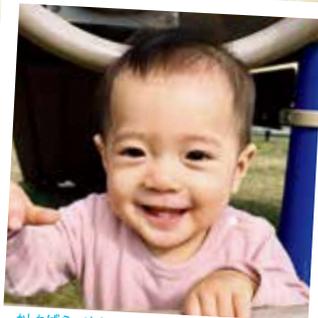


＼かわいい！＼ おまえぎのたから **12**月 生まれの 元気な子



かわばら ゆうな
柏原 侑奈ちゃん1歳
(白羽区)



ふかつ えた
深津 瑛太くん2歳
(新神子区)



まつした けん
松下 兼人くん2歳
(白羽区)



ふたまた あらた
二俣 新くん3歳
(門屋)



はねだ ひゆうが
羽田 陽向くん3歳
(中町)



ふじわら いちか
藤原 市佳ちゃん3歳
(新野南)



おおさき りく
大木 陸功くん3歳
(薄原区)



つかもと りしん
塚本 理心くん3歳
(薄原区)

かわいい笑顔を募集します。

対象：1月生まれの1歳～
3歳児で、本コーナーへ掲載
されたことのない子

申込期間：1月5日火、6日水
の2日間、8時15分～17時
(最大8枠。先着順)

◆申込先：総務課

☎0537⑤1132

“御前崎をたべよう！”



いろいろな野菜
を入れて楽しめる
メニューです

野菜たっぷりミネストローネ

材料(4人分)

ベーコン	40g
ブロッコリー	60g
ニンジン	50g
タマネギ	80g
大豆の水煮	60g
オリーブ油	小さじ2
A コンソメキューブ	1個
水	1カップ
トマト缶	1缶
塩・こしょう	少々
粉チーズ	大さじ1

作りかた

- 1 ブロッコリーを小房に分けて塩ゆでする。
- 2 ベーコンを5mm幅に切る。ニンジンと玉ねぎは1cmの角切りにする。
- 3 鍋にオリーブ油とベーコンを入れ、中火で軽く炒めた後、ニンジンとタマネギも加え炒める。
- 4 3にAと大豆を加えて、沸騰したら弱火で5分ほど煮込む。
- 5 1を加えて塩・こしょうで味を調える。器に盛り、粉チーズをかける。

▶ 1人分 = 131kcal (御前崎市健康づくり食生活推進協議会)

