

# ＼かわいい！＼ おまえざきのたから

3月  
生まれの  
元気な子



いけだ ことな  
池田 采風ちゃん3歳  
(薄原区)



すずき きこ  
鈴木 生心ちゃん2歳  
(本町)



とうじ  
柳 斗士くん2歳  
(佐倉一区)



いけだ あいる  
池田 碧流くん1歳  
(薄原区)



すずき りま  
鈴木 梨末ちゃん1歳  
(塩原)



かわいい笑顔を募集します。

対象：5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：4月10日(月)8時15分～21日(金)17時(先着8枠)

申し込みフォーム▶

照会：総務課

☎0537⑧1132



コロナウイルスを予防しよう!!



2m



## ～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！ 御前崎をたべよう！



長ネギと車麩の卵とし

長ネギは殺菌効果のある薬味や魚・肉のにおい消しにも使えます。また、火を通すことで甘みが出ておいしく食べられます。

### 材料（4人分）

- 長ネギ……………1/2本
- 車麩……………6個
- 卵……………3個
- ◆だし汁……………200ml
- ◆しょうゆ……………大さじ1
- ◆砂糖……………小さじ2
- ごま油……………小さじ1
- 三つ葉……………適量

▶ 1人分=116kcal  
食塩相当量 0.7g

### 作りかた

- 1 長ネギを1号幅の斜め切りにする。
- 2 車麩は水で戻し、しっかりと水気を切って4～6等分に切る。
- 3 卵は溶いておく。◆の調味料をあわせておく。
- 4 ごま油を熱したフライパンで1を炒め、しんなりしてきたら2を加える。
- 5 ◆の調味料を加え沸騰させる。車麩にしみこむまで2～3分程煮る。
- 6 溶き卵を回し入れ、火が通ってきたらフタをして余熱でお好みの固さにする。
- 7 食べやすい大きさに切った三つ葉を散らす。