

＼かわいい！＼ おまえぎのたから **6** 月 生まれの 元気な子



ひろかわ なみと
廣川 七海翔くん3歳
(大山区)



すずき りょうた
鈴木 梁太くん3歳
(下朝比奈)



まつもと るか
松本 琉翔くん3歳
(塩原)



すずき あい
鈴木 愛唯ちゃん2歳
(大山)



かとう りの
加藤 里望ちゃん2歳
(佐倉一区)



での りょうま
出野 涼真くん2歳
(中原区)



かわもり そら
河守 空くん1歳
(佐倉一区)



すずき さら
鈴木 紗良ちゃん1歳
(塩原)

かわいい笑顔を募集します。
対象:8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:7月8日8時15分～19日17時(先着8枠)
申し込みフォーム▶ 
照会:総務課
☎0537⑨1132

～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！
プラス1品でバランスのよい朝食を



シラスのはんぺんステーキ

トースターで手軽にできるはんぺんステーキ。シラスがおいしいこの時期にぜひどうぞ！

材料(4人分)

- はんぺん……………2枚
- スライスチーズ……………2枚
- シラス……………20g
- 三つ葉……………適量
- オリーブ油……………少々
- ◆しょうゆ……………小さじ2
- ◆砂糖……………小さじ2

▶1人分=60.5kcal
▶食塩相当量 1.15g

作りかた

- 1◆を器に入れ、電子レンジ600Wで1分加熱し、たれを作る。
- 2アルミホイルに薄くオリーブ油を塗り、はんぺんを乗せてオーブントースターで3分ほど焼く。
- 3スライスチーズを乗せてさらに1～2分焼く。チーズが溶けたら皿に移す。
- 43にシラスと三つ葉を盛り、1のたれをかけたら完成♪

この罫子は雑紙としてリサイクルできます