

＼かわいい！／ おまえざきのたから **2**月 生まれの 元気な子



もりた とあ
森田 翔蒼くん 3歳
(東町)



かわら さき たいが
河原崎 大華くん 3歳
(上朝比奈)



やました がく
山下 楽くん 3歳
(大山)



いとう らん
伊藤 蘭くん 2歳
(東町)



ますだ がい
増田 権くん 1歳
(合戸)

かわいい笑顔を募集します。

対象：4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：3月2日(月)8時15分～13日(金)17時(先着8枠)

申し込みフォーム

▶照会：総務課
☎ 0537 ⑤ 1132



かわいいな～！
すくすく元気に
大きくなってね！

～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！
プラス1品マバランスのよい朝食を



しっかり火を通せば、お弁当にもピッタリな一品に仕上がります！

ミニトマトのスパニッシュオムレツ

材料（4人分）

- 卵……………4個
- ミニトマト……………6個
- ジャガイモ……………1個(240g)
- タマネギ……………1/2個(100g)
- ◆塩……………小さじ1/2
- ◆こしょう……………少々
- オリーブ油……………大さじ2

▶ 1人分 = 165kcal
▶ 食塩相当量 0.8g

作りかた

- 1 ミニトマトはヘタを取り、1/4に切る。タマネギは半月スライスにする。ジャガイモは皮をむき、7mm程度のいちょう切りにし、水にさらす。
- 2 フライパンにオリーブ油の半量を熱し、タマネギをしんなりするまで炒める。じゃがいもを加えて2分ほど炒め、取り出し、粗熱を取る。
- 3 ボウルに卵を割り、◆を加えて混ぜ、2を加えて混ぜる。
- 4 フライパンに残りのオリーブ油を熱し、3の卵液を流し入れる。ミニトマトを加え、蓋をして全体に火を通す。
- 5 お好みでケチャップをかけて出来上がり。

紙 この冊子は雑紙としてリサイクルできます