

かわいい！おまえぎのたから 12月 生まれの元気な子



ながたりょうせい
永田涼晟くん1歳
(門屋)



いしかわ まい
石川真衣ちゃん2歳
(塩原)



くればやしゆうた
榎林佑太くん2歳
(佐倉一区)



すずき かのん
鈴木奏音ちゃん2歳
(上朝比奈)



かわくち まのあ
川口真之晃くん2歳
(女岩区)



さわしまあゆみ
澤島歩海ちゃん2歳
(上岬区)

お子さんのかわいい笑顔を広報へ掲載しませんか。2月に誕生日を迎える1歳～3歳児で本コーナーへ掲載されたことのないお子さんを募集します。広報課へ電話でお申し込みください。(先着順)受け付けは1月15日(火)8時15分～となります。☎0537⑧1132



ふくもこうだい
福本幸大くん3歳
(白羽区)



やましたかんだ
山下寛太くん3歳
(早苗町)

集まれ！おやつ時間だよ



栗蒸しパン

材料(6人分)

- ホットケーキミックス 100g
- 牛乳……………50cc
- 卵……………1個
- むぎ甘栗……………10粒
- 砂糖……………大さじ2
- サラダ油……………大さじ2
- マフィン型紙型……6個分
(直径5cm)

▶ 1個 150kcal

- ①栗は3粒を半分に切る。残りは小さく刻む。
- ②ボールにホットケーキミックスと砂糖を入れ、溶き卵、サラダ油、牛乳を加えてよく混ぜ合わせる。刻んだ栗を混ぜる。
- ③紙型に②の生地を6分目まで流し入れ半分に切った栗のをせる。
- ④③をプリン金型に入れ、深鍋に水を2cm位の深さまで入れ火にかける。沸騰したら、プリン金型を並べ、ふたをして中火で10～12分蒸す。

〈御前崎市健康づくり食生活推進協議会〉