

# 給食 大好き♡

## 二色鮭そぼろご飯



給食では白いご飯をたくさん食べられるように献立を工夫しています。二色鮭そぼろご飯はご飯の上にいり卵と鮭そぼろをきれいに飾ります。見た目もきれいで鮭そぼろの

桃色が春らしい感じがします。ひな祭りの献立にもおすすめです。

### (作り方)

① 紅鮭フレークは鍋で空炒りし、②の調味料で味付けする。

③ 卵はときほぐし④の調味料を加える。

⑤ フライパンにサラダ油をひき、を炒り卵にする。

⑥ 器にご飯を盛り鮭そぼろと炒り卵をきれいに飾り、きざみのりをかけます。

家庭ではキヌサヤやグリーンピースなどを飾り三色そぼろご飯にしてもきれいです。

### 材料

紅鮭フレーク	.....	120g
上白糖	.....	小さじ1
塩	.....	少々
酒	.....	大さじ1/2
みりん	.....	小さじ1/2
卵	.....	2コ
上白糖	.....	小さじ1/2
塩	.....	少々
サラダ油	.....	適宜
きざみのり		

4人分

## なかま

NAKAMA

## 親子で・みんなで・楽しもう！ ミッフィーくらぶ



“一人では、なかなか出来ない事も、皆で楽しくやろう！”と、活動している子育てサークルです。0歳児から就学前児とその保護者を対象にしています。

会員の希望をもとに、よみきかせ・歌・手作りおやつ・体操・工作・外遊びなどを親子で楽しめます。会報の発行もしています。人形劇・リトミック・親子ピクニックなども企画し、楽しんでいます。

興味のあるかたは、気軽に遊びに来てください。

〔活動日〕毎月 第3金曜日

午前10時～11時30分頃

〔場所〕中央公民館・松枝公民館外  
〔連絡先〕大牧さつき 宅(田代)

(☎388 3869)

長瀬 直子 宅(北及)

(☎387 9371)

## 本の紹介

## BOOK

著者 ユッタパウア  
発行 徳間書店



いつも 誰かが  
だれかが

中央公民館

いつも誰かがそばにいた。あぶない時は助けてくれた…。幸運だった一生を振り返る祖父と耳を傾ける孫、二人を見守る「存在」を描き、子どもから大人までしみじみと心が癒される作品。5歳から100歳まで、それぞれに深く語りかけてくる。ヨーロッパで感動の渦を巻き起こした話題の絵本。

著者 松久淳・田中涉  
発行 かまくら春秋社



天国の本屋

松枝公民館

天国の本屋でアルバイトをすることになった主人公、さとし。仕事を通じて生と死、人のためになるということ、生き甲斐、そして緑色の瞳をもつユイへの恋心を知る。笑いと涙を誘うファンタジック・ラブストーリーです。

著者 神沢利子  
発行 ポプラ社



総合会館

くまの子ウーフの絵本  
おかあさん おめでとー

きょうは、おかあさんのたんじょう日です。「プレゼントは、なにがいいかな。」ウーフは、かんがえました。「やきゅうのバット。ビーだま。花火はどうだろう。」でも、それってウーフのすきなものばかり。おかあさんのすきなものをあげなくちゃ。だれかがそつとささやいてくれました。「木のみや、はちみつはどう？」