









おと
羽切 桜都 くん：(2歳0カ月・令和5年8月7日生まれ)

羽切 七彩さん・梨々愛さんのお子さん (金井)

歌うこと踊ることが大好きな桜都くん  

テレビの前でリズムにのって歌ったり踊ったりしています 

マネをするのも得意でパパとママのことをよく観察  していて、
小さいなりになんでも自分でやる姿に成長を感じるとともにパワー
をもらっています 

これからもみんなに愛されながら元気にスクスク成長してね 

vol.4
9月のメニュー

群馬 GUNMA KANRA
オーガニック **甘楽町 Organic food レシピ** 
甘楽町オーガニック推進協議会

肉や魚のソテーにも

トマトのサルサソース 町民 & minokamo 考案



◆材料

- トマト・・・大1個(200g)
- ピーマン・・・1個(50g)
- 玉ネギ・・・1/4個(30g)
- 塩・・・小さじ1/2
- 植物油・・・大さじ2
- 酢・・・大さじ1
- きび砂糖・・・小さじ1(お好みで)
- 一味唐辛子orタバスコ・・・適量

パンにのせたり
ドレッシングにしたり
使い方いろいろ!

◆作り方

- 1 ピーマンの種は取り除き、すべての野菜をみじん切りにする。
- 2 1と調味料を混ぜたら出来上がり。

