



滝上 ^{いつき} 五葵 くん : (11カ月・令和7年5月1日生まれ)

滝上 元気さん・茜さんのお子さん(造石)

近頃「ナイナイ」が口癖のいつき君。

ご飯🍚が大好きで好き嫌いせずにパクパク完食😊

「ナイナイ〜」と、おかわりを催促してきます☆

生まれたときは普通サイズだったけど、月齢を重ねるごとに身長も体重も成長曲線の上の上を突き進んでます👏

もう少しで1歳になるね🍰🌟これからどんなふう成長していくのか、パパもママも楽しみにしています。

心も体もBIGに育ってね👏❤️

おうちで
給食を
作ってみよう!

KANRA KITCHEN

vol.1

今月のレシピは

学校給食センター

こぎつねごはん

材料(4人分)

ごはん	800 g
油揚げ	4枚
ニンジン	1/2本
鶏ひき肉	200 g
┌おろししょうが	小さじ1
└しょうゆ	大さじ2
① 砂糖	大さじ1と1/2
┌みりん	大さじ1
└和風だしの素	小さじ1/2
油	大さじ1



作り方

- 1 ニンジンは小さめのいちょう切りか短冊切りにし、油揚げは油抜きをしてから0.5cm幅の短冊切りにする
- 2 熱したフライパンに油をひき、鶏ひき肉を炒める。火が通ったら、ニンジンと油揚げを加えてさらに炒める。
- 3 調味料(①)を加え、全体に味がなじむように炒める。温かいご飯に出来上がった具材を加え、よく混ぜる。



POINT

- ★ お好みで枝豆やインゲンを加えると、彩りが良くなります。
- ★ おろししょうがの代わりに、千切りにしたしょうがを加えてもGOOD!



広報かんら ■編集・発行 甘楽町(総務課行政係 ☎ 74-3132直通) メールアドレス gyousei@town.kanra.lg.jp
〒370-2292 群馬県甘楽郡甘楽町大字小幡161番地1 ☎ 0274-74-3131(代) FAX 0274-74-5813(代)
ホームページ https://www.town.kanra.lg.jp/ ■印刷 朝日印刷工業株式会社