

# Happy Birthday Onga Kids

3歳までの誕生日のお子さんの写真を募集中

（申込期限）

2月生まれ…12月末まで

3月生まれ…1月末まで

申込方法は  
こちら▶



ニコニコ笑顔の晴くん！  
すくすく育つ姿に毎日感動！  
元気に大きくなってね！



誕生日おめでとう★透き通る白い肌と柊ちゃんスマイル♥すくすく元気に大きくなれ♪



さくさく★1歳のお誕生日おめでとう♥可愛い笑顔がみんなの癒します♪朔、大好き♥



いつも元気いっぱいでいてくれてありがとう！  
世界で1番好きだよ♥



2歳のお誕生日おめでとう♥いつまでもにいにとねえねとなかよくね♪たっくん大好き♥



2歳のお誕生日おめでとう♥ママとパパの宝物ちゃん！  
すくすく大きくなあれ♥♥



お誕生日おめでとう！  
これからも元気いっぱいニコニコそうくんでいてね♥



みかん大好きなようちゃん、祝2歳！いっぱい食べて遊んで、大きくなってね！



いつもニコニコののちゃん！  
おしゃべりで愛嬌たっぷり面白い子♥大好きだよ♥



可愛いお喋りが増えて、いつも笑わせてくれる、あーのさん★  
2月からの幼稚園楽しんでね！



お誕生日おめでとう♥  
陽向は声が大きくて、とても元気だね！すくすく育ってね★



誕生日おめでとう。  
元気に大きくなってるね！  
家族皆 いつも癒されてるよ。



エネルギー 150kcal  
塩分 1.0g  
(1人分)



正月料理としてだけでなく、弁当にもおすすめです！  
表面のトッピングは、卵や粉チーズ、ピスタチオなど、いろいろアレンジできますよ♪

YouTube  
でCHECK



## 松風焼き

### ■ 材料(4人分)

ホウレンソウ	80g	塩	小さじ1/6
タマネギ	80g	しょうゆ	大さじ1/2
ニンジン	40g	コショウ	少々
鶏ひき肉	320g	パン粉	20g
卵	1個	白ごま	大さじ2
みそ	大さじ1	黒ごま	大さじ2
砂糖	大さじ1	青のり	小さじ2

### ■ 作り方

- ホウレンソウはさっとゆでる。
- タマネギ、ニンジンをみじん切りにする。
- ボウルに2)、鶏ひき肉、卵、みそ、砂糖、塩、しょうゆ、コショウ、パン粉を入れてよくこねる。
- クッキングシートの上で3)を厚さ2cmの四角形に成形する。
- フライパンに4)をクッキングシートごと置き、ふたをして中火で焼く。
- 鶏ひき肉の色が変わったら、一度取り出して新しいクッキングシートを敷き、5)をひっくり返して反対側を5分ほど焼く。
- 6)を取り出し、4等分にしてそれぞれを3つの台形に切り分け、表面に白ごま、黒ごま、青のりをつけて冷ます。