

# 今月の献立

## 『トースト2種 (アーモンド・ピザ)』

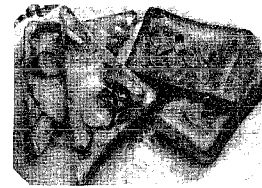
材料(4人分)

### アーモンドトースト

食パン(厚切り).....4枚  
 マーガリン.....大さじ1<sup>2</sup>/<sub>3</sub>  
 グラニュー糖.....大さじ1  
 アーモンド粉末.....10g  
 スライスアーモンド.....20g

### ピザトースト

食パン(厚切り).....4枚  
 マーガリン.....大さじ1  
 油.....適量  
 ベーコン1枚またはロースハム2枚  
 トマト(ホール缶)またはよく熟したものの1/2個  
 トマトケチャップ.....大さじ1  
 塩、こしょう.....少々  
 玉ねぎ.....1/4個  
 ピーマン.....1/2個  
 ピザ用チーズ.....60g



給食のない昼食には、脂肪や砂糖の多い加工パンではなく手作りの調理パンを作ってみませんか。

### 【作り方】

#### アーモンドトースト

- ①マーガリン、グラニュー糖、粉末アーモンドを合わせる。
- ②パンに①を塗り、スライスアーモンドをのせて、アーモンドがうっすら色づく位にオーブントースターで焼く。

#### ピザトースト

- ①油を熱し、千切りのベーコンかロースハムを炒め、つぶしたトマト、ケチャップを入れてよく煮て、塩、こしょうで味をととのえる。
- ②玉ねぎは、うす切り、ピーマンは、うすく輪切りか千切りにする。
- ③パンにマーガリンをぬって①をその上に塗り、②をのせて上にピザ用チーズをのせてオーブントースターでチーズがとろけるまで焼く。  
 (①は市販のピザ用ソースを使うと簡単にできます。)

※具たくさんスープ、果物などと合わせてみましょう。

## ● 9月休日当番病院 ●

7日	〔内科〕 中之口村	松崎医院 ☎375-3013
	〔外科〕 巻町	飯塚外科内科医院 ☎0256-72-1151
14日	〔内科〕 巻町	西川内科医院 ☎0256-72-6066
	〔外科〕 岩室村	金子外科医院 ☎0256-82-4786
15日	〔内科〕 潟東村	潟東けやき病院 ☎0256-86-3515
	〔外科〕 潟東村	潟東けやき病院 ☎0256-86-3515
21日	〔内科〕 中之口村	五十嵐医院 ☎375-5670
	〔外科〕 吉田町	県立吉田病院 ☎0256-92-5111
23日	〔内科〕 中之口村	杉山医院 ☎375-3009
	〔外科〕 吉田町	伊藤整形外科 ☎0256-93-3115
28日	〔内科〕 月潟村	月潟診療所 ☎375-2012
	〔外科〕 巻町	町立巻病院 ☎0256-72-3111

## 納税のお知らせ

8月の納期は、次のとおりです。

◎村県民税 第2期

納期限 9月1日(月)

## 窓口届出

(7月1日～7月31日)

### おめでた

氏名 保護者 地区名  
 長沼 亜海<sup>あみ</sup> 弘 月潟

### およろこび

氏名 世帯主 地区名  
 小山 康成 久司 釣寄新  
 丸山 靖子 奨 新潟市  
 小此 鬼明 正 見附市  
 市島 智美 ケエ子 月潟  
 古俣 政幸 幸丸 巻町  
 田邊 和子 幸丸 西萱場  
 山崎 朝子 恵一 十日町  
 関根 朝子 一也 月潟  
 小湊 淳子 義孫 大別當  
 日黒 右治 孫一 大別當  
 小湊 藤市 藤市 月潟  
 小湊 安代 藤市 月潟

### おくやみ

氏名 年齢 世帯主 地区名  
 石塚 スミ 順市 木滑  
 小林 ムメ 和哉 月潟  
 野澤 ミヨ 幸一郎 上曲  
 池田 喜一郎 栄一郎 東長嶋  
 北澤 ヨシ子 (81) 七二郎 大別當

## 今月の表紙

夏休みも後半に入り、子ども達も、海や山、又、プール等でまっ黒に日焼けし、元気に過ごしています。  
 一日のはじまりは、朝6時30分のラジオ体操から。  
 今日も、いっぱい遊ぶぞう！



## 人口動態



(7月31日現在)

世帯数 928戸  
 総人口 3,934人  
 男 1,920人  
 女 2,014人

(7月中の移動)

出生 1人  
 転入 3人  
 死亡 5人  
 転出 5人