



離乳食クッキング

～色々な食材にチャレンジ！～

令和元年9月19日



今日の講師は、
大垣地区地域活動栄養士協議会
上田範子先生です



9～11 か月用



12～18 か月用

今日のメニュー

- ・白身魚の野菜あんかけ
- ・とぼろ煮
- ・豆腐のミルクスープ
- ・鮭のリゾット
- ・ささみのみそ焼き
- ・トマトスープ

小さい頃に色々な食材にチャレンジすると、小学生になつてから、好き嫌いの少ない子になるそうです！！

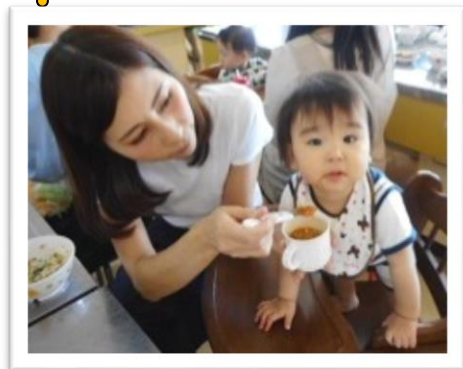
わからないことがあれば、先生がすぐに教えてくれます😊



ママがお料理の間、託児があります😊



♪ 試食の時間 ♪



参加者アンケートより

- ・自分では考えられないメニューを知ることができた。
- ・具体的なコツを教えてもらったのでわかりやすかった。