



幼児食クッキング

子どもも喜ぶかんたんおせち
～おせち料理を楽しもう～

主管：大垣地区地域活動栄養士協議会



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。

おせち料理

- ・エビのマヨ焼き
- ・ポリポリたつくりとごぼうのたつくり
- ・カニカマ入りなます
- ・変わりきんとん

1歳6か月から5歳のお子さんを対象
に作りました。



おせち料理には・・・

「一年間幸せに過ごせますように」という願いが込められています☆

家族で楽しむことができるおせち料理作りをしてみましよう！



託児もあります😊



お子さんの話題などをおしゃべりしながら調理が進みます(*^_^*)

いただきま〜す!



<参加者アンケートより>

- 大人も食べられる味付けなので、お正月に作ってみようと思いました。
- 栗きんとんが子どもに好評でした！
- 自分では作れないものを教えてもらえてとても助かりました。また家でも作ってみようと思いました。