



# 「もぐもぐごっくん」

## 素材のおいしさ、お米の甘味を知ろう!! 調理の実演

(試食あり)

【日にち】 4月17日、7月17日(全て水曜日)

【時間】 調理デモ10:00～10:30

相談 10:30～12:00 (1組15分程度)

【内容】 旬の野菜を使った蒸かし野菜・おかゆの試食  
離乳食、幼児食についての相談。レシピ配布



※お子さんの試食は保護者の判断でお願いします。



## 離乳食・幼児食相談

【日にち】 5月15日、8月28日(全て水曜日)

【時間】 10:30～12:00 (1組15分程度)

【内容】 離乳食、幼児食についての相談・レシピ配布

## 食の相談にそった調理の実演(試食あり)

【日にち】 6月5日、9月11日(全て水曜日)

【時間】 調理デモ10:00～10:30

相談 10:30～12:00 (1組15分程度)



【内容】 上記の離乳食・幼児食相談で出た食材を使った調理実演、試食

### ※共通事項

【対象】 乳幼児の保護者

【講師】 中澤 久美子管理栄養士

【定員・申し込み】 なし



お問い合わせ

【問い合わせ】

諏訪市児童センター 0266-54-7714

午前9時～午後7時(休館日:月曜日、12月29日～1月3日)