



「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】 10月2日、1月15日(全て水曜日)

【時間】 調理デモ10:00～10:30
相談 10:30～12:00

【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】 11月13日、2月19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】 12月4日、3月5日(全て水曜日)

【時間】 調理デモ10:00～10:30
相談 10:30～12:00



【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)