

# 離乳食教室「もぐもぐごっくん」



※お子さんの試食は保護者の判断でお願いします。

## 調理の実演(試食あり)

素材のおいしさ、お米の甘味を知ろう!!

【日にち】 10月14日、1月13日(全て水曜日)

【時 間】 10:00～12:00

【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 相談

【日にち】 11月11日、2月10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2日、3月3日(全て水曜日)

【時 間】 10:00～12:00

【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



【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



【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)