



## 第3回離乳食講座のご案内



離乳食について、「何を」、「どのくらい」、「大きさ」「どうやって食べさせたらいいのか」など疑問なことはありませんか？これらの疑問について栄養士、保育士がお話します。季節の食材を使った簡単に美味しいメニューを一緒に作りましょう！試食、ちょっとした飲み物もご用意しております。おしゃべりする機会も設けていますので色々情報交換しながら楽しくやりましょう！

対象者	妊婦・生後12カ月未満の乳児の保護者
定員	10名
利用料	300円（お釣りの無いようにご用意をお願いします）
持ち物	エプロン、三角巾、マスク
場所	あけぼの幼稚園
時間	9時30分～11時30分
日程	2023年1月28日（土）



<https://forms.gle/yjnUBR7xPsWFWxaY7>

申し込み：1月23日（月）15時までに上記のQRコードよりお申込み下さい。  
応募者多数の場合は園で抽選を行います。抽選結果は当選者に1月25日（水）15時までにメールにてお知らせいたします。



★第4回は2月18日（土）を予定しています。次回の申し込み日は、1月31日（火）に掲載いたします。

### ～MENU～

- 前期（5.6カ月） 人参 カブ 白身魚
- 中期（7.8カ月） ささみの野菜あんじ（人参・玉ねぎ）  
クリームスープ（カブ・人参・ほうれん草）
- 後期（9～11カ月） 蓮根としらすのお焼き  
クリームスープ（カブ・人参・ほうれん草）