

巣鴨第一保育園
「にっこにこたいむ」

栄養士による 離乳食講習会を行いました。

R5,11月29日(水)栄養士による離乳食講習会を下記の通り行いました。
離乳食を作るところを見て試食したり,普段、離乳食で気になることを話しました。
たくさん質問がでて、なごやかで有意義な時間になりました。

おやつとは

まずは、おやつについて栄養士からお話しました。小さい子どもはまだ胃袋も小さく発達途中なのでおやつは大事なのです。



離乳食作り

コツがわかり目の前で栄養士さんが保育園の人気のおやつを作って見せてくれました。レシピだけよりコツがわかり好評でした。



質問タイム

今回はたくさん質問が出て活発な会になりました。「お米を食べずパンや麺ばかり欲しがる」や「途中遊んでしまい時間がかかる」等々皆さん食事には悩みが付きませんね。今回は味見も少しですがしてもらいました。栄養士さん手作りの離乳食レシピや硬さの形態の写真の資料などをお渡ししました。参考にしていただけると幸いです。



