



～地域支援事業マイ保育園～

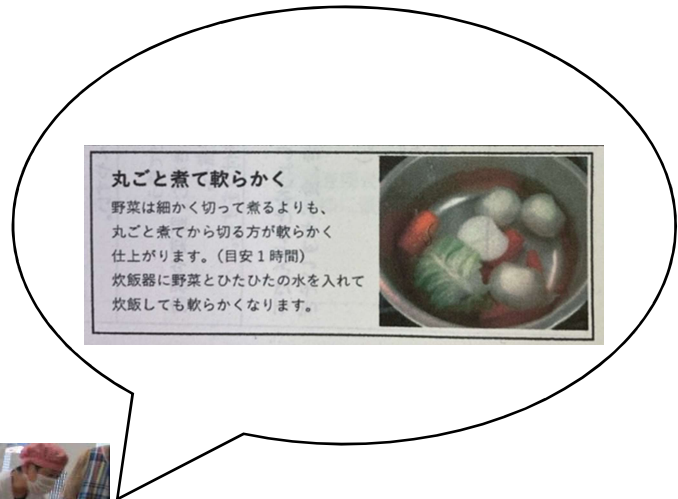
あそぼーよ！

第3回 地域おやこ遊び広場「あそぼーよ！」開催しました。

今回は離乳食講習会を行いました。初期食から完了食までの食事を実際に見ながら、栄養士と園の調理より作り方のポイントを聞き、試食も行いました。



栄養士より



丸ごと煮て軟らかく

野菜は細かく切って煮るよりも、丸ごと煮てから切る方が軟らかく仕上がります。(目安1時間)
炊飯器に野菜とひたひたの水を入れて炊飯しても軟らかくなります。



調理より



初期1



初期2



後期

中期



完了期



離乳食を試食中

【 離乳食のメニュー 】

- ・おかゆ
- ・茄子の味噌汁
- ・肉豆腐
- ・磯香合え
- ・梨のコンポート

* 当日の保育園の給食を離乳食にしました。