



離乳食・乳幼児食 試食会を行いました



9月22日(金)地域のお友だち向けの 離乳食・乳幼児食 試食会の第2回目を行いました。
たくさんのご予約を頂き、当日参加の方も含め、10組の親子さんがご参加くださいました。

★今回のメニューは… ★

♪「鶏肉のしそチーズ焼き」 ♪「小松菜としらすの混ぜご飯」 ♪「牛乳寒天」でした



今回は、保護者の方にも お味見をしていただくとうと量を多めに、ご用意しました♪
「味付け・食べる量・味付けの塩味など とても参考になりました!」「おいしくて全部べました!」などの
嬉しいご意見をいただきました。

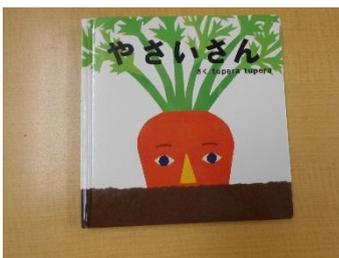


栄養士から、今回の試食会は「カルシウムと鉄分を強化」をテーマにしお話をさせて頂きました。
成長期に欠かせないカルシウムと鉄ですが1日に必要な量をしっかり摂れているかという
実は不足しがちとなっています。

*カルシウムが多く含まれている食品:牛乳・チーズ・しらす・わかめ・小松菜など
*鉄が多く含まれている食品:レバー・ごま・きな粉・ひじきなど

今回は、乳児クラスの保育士も参加し、保護者さんからの「しつけについて
トイレトレーニングについて 夜寝をスムーズにできるように」などの育児に
関するお悩みの声に対して 楽しくお話しながら 保育園での子どもたちの
様子を交えお答えすることが出来ました。

また、小さなお子様は 歌や絵本も大好きですので 食べ物にちなんだ絵本や手遊びのご紹介も
させていただきました♪



現在1歳児クラスのあひる組で子どもたちに人気の絵本
「やさいさん」です。
本格的な絵柄とテンポの良いことば遊びのような
楽しいお話です♪

今後も園行事や育児講座へのお誘いを行って参りますので、是非 ご参加ください。

