

のびのび広場だより

1月の予定



月	火	水	木	金
0~5歳	2・3歳	0歳	1歳	0~5歳
			1日 休室 	2日 休室 
5日 成長記録	6日	7日	8日	9日 ※要予約 ミニだるま制作 PM 離乳食栄養相談
12日 成人の日 休室	13日 室内遊び	14日	15日	16日 PM 離乳食栄養相談
19日 おいしいおやつ お茶の会	20日	21日	22日 巡回育児相談	23日 おいしいおやつとお茶の会 PM 離乳食栄養相談
26日 節分制作 	27日	28日	29日	30日  PM 離乳食栄養相談

* 午後(13:00~16:00)は、室内あそびになります。15:30~のカフェタイムでは、おやつを提供しております。来室が14:30を過ぎる場合は、ご連絡下さい。

* 毎週金曜日は、栄養士による『離乳食栄養相談』夕飯メニューの相談にも乗ります♪



- ◆ ミニだるま制作…カラフルなミニだるまを作ります (※要予約・先着5名様)。
- ◆ 巡回育児相談…歯科衛生士・管理栄養士による相談です (予約不要です)。
- ◆ 節分制作…プラスチックコップを使って、節分で使う「鬼の豆入れ」を作ります。

●春の七草●

七草がゆには様々な説がありますが、お正月にごちそう三昧だった胃腸をいたわり不足の緑黄色野菜を補うというのがいちばん有力な説です。本来は、朝ご飯で食べます。

スーパーなどで「七草セット」も売られています。お気軽にお試しください。

春の七草…「せり・なずな・ごぎょう・けりべら・ほとけのざ

★白菜と白身魚の峰岡煮 **旬レシ** お隣千葉県の郷土料理で

【材料】

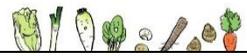
白菜	2枚(短冊切り)
大根	2cm(短冊切り)
里芋	2個(輪切り)
ごぼう	10cm(いちよう切り)
しいたけ	2枚(いちよう切り)

【作り方】

① 鍋に500mlの水を入れ、昆布だしとかつおだしを入れ火にかける

【調味料】 ・味噌 大さじ1杯 ・醤油 小さじ1杯
・塩 小さじ1/2杯 ・みりん 大さじ1杯 ・牛乳

④ 水溶き片栗粉でとろみをつける



ご予約・お問い合わせ

富士見ヶ丘認定こども園のびのび広場 TEL: 080-9291-0372

普段言えない気持ちをフラワーアレンジメントに託してプレゼント!

詳しい日程は、のびのび広場だより(2月)でお知らせいたします。