



ぽくぽくだより

離乳食と一緒に 食べませんか？

0歳児（りす組）で一緒に遊びませんか？

- ★ 離乳食をこれから始める方・離乳食が遅れてしまって・・・と心配な方
- ★ 離乳食って、どれくらいの形・硬さ・量？
- ★ どんな食べ方をするの？

一緒に遊んだり、食べたりしながら気軽に栄養士・保育士に声をかけてください。

日時 毎月 第1・第2・第3 水曜日 10:30～11:30

(都合により実施日が変更になる場合があります。参加を希望される場合は、ご確認ください。)

場所 富士わかば保育園 0歳児クラス

対象 地域の0歳から1歳半の親子（乳児であれば、兄弟も参加できます）

持ち物 お子様の食事用のエプロン・手拭き・着替え・おむつ・汚れ物を入れる袋
食後のミルク・・・必要な方（ミルク用のお湯は、園で提供します）

- 離乳食は**無料**です。
- 各開催日の前日までに**電話予約**をお願いします。
- 1日**先着4名様**とさせていただきます。
- 当日いらした方は、事務所に声をかけてください。

かみかみ期(中期)

- | | |
|-------|-----------|
| 第1回 | 大豆人参柔らか煮 |
| 2月7日 | ほうれん草刻み煮 |
| 第2回 | 豆腐刻み煮 |
| 2月14日 | ブロッコリー刻み煮 |
| 第3回 | さつまいも刻み煮 |
| 2月21日 | キャベツ人参刻み煮 |

ごっくん・もぐもぐ期(初期)

- | | |
|-------|--------------|
| 第1回 | 大豆と人参すりつぶし煮 |
| 2月7日 | ほうれん草裏ごし煮 |
| 第2回 | 豆腐裏ごし煮 |
| 2月14日 | ブロッコリーすりつぶし煮 |
| 第3回 | さつま芋マッシュ |
| 2月21日 | キャベツ人参裏ごし |

★主食・スープ・果物は、
月齢に応じて、提供し
ます。



問い合わせ

富士わかば保育園

TEL (0545) 71-7716

担当 稲葉

