



わくわく親子クッキング

～とこちゃん保育グループ子育て支援事業～



子育て中の皆さん、親子クッキング教室に遊びにきませんか？

クッキングと言っても、火や包丁をほとんど使わない簡単レシピです♪
とこちゃんの給食をつくっている調理員が丁寧にご紹介します。

「食」はお子さんの成長に欠かせないもの。生きる力の「源」です。

クッキングをとおして「食」への興味関心を高めましょう。

クッキングをしながら親子の時間を満喫しましょう。

☆詳細・お申込みは「とこちゃんホームページ」にて

<https://kabu-balance.com/tokochan/>

令和2年度

*え？それでも

それでもケーキ？

*スピード キーマカレー

*簡単おいしい！

鶏チャーシュー！！

*レンジで簡単！

脂肪燃焼ダイエット

豆乳スープ

*十五夜につくろう

お月見団子

*炊飯器おまかせ

きのこごはん&いがぐ

り豆腐シュウマイ

*レンジでカンタン☆

ナポリタン&雪だるま

とサンタのカプレーゼ

時間：10:30～12:00

場所：シリウス調理室

または、とこちゃん保育園

持ち物：エプロン・三角巾・

マスク・飲み物等

(費用はありません)

※日程・場所・内容はホーム

ページをチェックしてください