



# 1月の食育



7日（水）

「春の七草に触れよう」



9日（金）

ミニクッキング



「キャベツおかか和え」

14日（水）

「こんにゃくちぎり」



→けんちん汁に入れます

21日（水）

「レンコンにふれよう」



27日（火）

ミニクッキング



「ほうれん草和風和え」

