



手づかみ食べプレート



【材料】

サンドイッチ用パン
スライスチーズ
みかん缶
ミニトマト
(茹でる材料)
きぬさや、人参、
マカロニ、アスパラ

【作り方】

- ① パンや人参を切る
 - ② ゆでる材料をやわらかく茹でる
 - ③ 型抜きして、飾る
- ※ミニトマトは必ず小さく切る その他食材も必ず食べやすい大きさに切っておく

今回は離乳食完了期のレシピをご紹介します。

手づかみ食べにぴったりの子供の日のお祝いプレートです。

こいのぼりとかぶとは、直線が多いので比較的簡単にでき、飾りつけは特にこだわった食材は無く、普段から冷蔵庫にあるようなどんな食材でも代用がききます。

離乳食期の子どもの日は一度きりかと思います。皆様それぞれにとって、温かい思い出となる行事になりますように。



離乳食相談

気になる項目がないかチェック!

- 離乳食の進め方が分からない
- 体重が増えない
- 母乳が足りているか心配
- アレルギーが心配
- 簡単な離乳食のレシピが知りたい

離乳期のお子さんのお食事に関してなんでも
ご相談ください! **管理栄養士**がお伺いします。

対象: 離乳期の赤ちゃんとそのご家族

料金: **無料 (30分程度)**

詳しくは受付スタッフまでお尋ねください



栄養療法



当院では生活習慣や食生活を見直すことで
病気を予防・改善する栄養療法を行っています。

栄養の過不足は体調不良やさまざまな
病気の原因となります。耳鼻科の病気では、
**めまい・耳鳴り・難聴・逆流性食道炎・嚥下機能障害・
睡眠時無呼吸症候群**などがあります。

健康的な生活をできる限り長く続けるためにも
日々の食事で病気を予防・改善することが重要です!

料金: **無料プラン・有料プラン・保険適応あり**
(病気による)

こんな方におすすめ

- お薬の治療でなかなか良くならない
- 健康診断で引っかかった項目がある
- 長く元気に過ごしたい
- 健康的に減量したい



※ その他にも気になることがあればご相談ください



楓みみはなのどクリニック