



家族もぐもぐクッキング 12月のご案内



★今月のメニュー★

ほうれん草入り 蒸しケーキ



(内容は都合により変更することもあります)

--- イメージ図 ---

親子で一緒に電子レンジを使って蒸しケーキを作り、飾り付けをしませんか。

★日 程 12月24日(水) 午前10:00~11:30

★場 所 くっきんぐランド 始まる15分前に来てください。



★「ほうれん草入り蒸しケーキ」の材料とアレルギー表示(27品目中)

薄力粉	小麦	牛乳	乳	ほうれん草	三温糖
ベーキング パウダー		酢		プレーン ヨーグルト	みかん
			乳		

※その他、使用する材料に関してご不明な点がございましたらゆめっこへお問い合わせください。

★ 持ち物 エプロン、マスク、三角巾(大人も子どもも必要です)

飲み物(お茶または水)

※長髪は束ね、ネイルを取って、爪を短く切ってご参加ください。

★ 参加費 一人 200 円

★ 対 象 2歳~就学前の子どもとその保護者

★ 定 員 6 組

★ 申し込み 11月21日(金)10:00~

※安全衛生対策のため、参加者以外の入室はできません。

左記 QR コード もしくは
大津市ホームページ
『ゆめっこ通信』から
お申し込みください。



12月22日は冬至です



1年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のなんきん(カボチャ)を食べます。昔は夏が旬のカボチャを保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。この日にカボチャを食べると、風邪をひかないといわれています。カボチャと小豆を煮た「いとこ煮」を食べる地方もあります。また、ユズ湯は、ユズの強い香りで邪気を払うとされています。ユズの成分が血行を促進し、身体をあたためて風邪を予防します。

寒い冬も元気に過ごしましょう。

