

子どもの食事Q&A公開中！

- 栄養バランスのいい献立ってどんなの？
- 栄養バランスよくするにはおかずがたくさん必要？
- 好き嫌いってあったらダメ？
- 野菜嫌いの子どもにおすすめのメニューは？ など

神戸市ホームページ「[幼児期以降の食事](#)」で検索！

今日の晩ごはん何にする？

レシピも動画つきでたくさん掲載しています。



簡単！栄養バランスがいい！
[30分以内&野菜120gメニュー](#)



神戸のシェフ直伝！
[家庭で作れるごちそうメニュー](#)



週末やイベントの日に！
[ワイワイ楽しむメニュー](#)



特定原材料8品目不使用！
[アレルギー対応メニュー](#)