

六一到 六一到  
大人孩子都欢笑

# 今天过节喽!

## 玩转儿童餐

厨房其实也可以很好玩,做饭时让孩子和你一起下厨吧!除了能让孩子学得烹饪技能,还可以让他养成分担家务的习惯,又能增进感情,何乐而不为?何况,下厨做饭本身就充满了创意和惊喜。



### 鲜橙蒸蛋

特别可爱的碗,特别甜的味道,绝对是吸引眼球之物,哪有小孩子不喜欢的理由?

原料:橙子2个,鸡蛋2个,红樱桃1颗。

做法:

- 1.先把橙子去盖,挖出果肉,然后把果肉榨汁。
- 2.把橙子做成橙碗,橙碗边用工具切成花边。
- 3.把鸡蛋打散,加糖和橙汁,搅匀,放入橙碗中。
- 4.蒸锅加水用大火烧开,把橙碗盖上保鲜膜,蒸8分钟-10分钟。
- 5.在蛋上放樱桃点缀。



### 鸡汁南瓜泥

给小孩子吃的食物做成泥状最容易吸收,用鸡汁给南瓜调味,即使是挑食的宝宝都不会不爱这道菜。

原料:南瓜500克,鸡汤1碗,鸡丝若干,黑胡椒粉少许。

做法:

- 1.南瓜去皮,切片,放在蒸锅里蒸。
- 2.在蒸熟的南瓜中放少许鸡汤,放在食品料理机里打成泥。
- 3.把南瓜泥放入锅中,加鸡汤,用盐调味,边烧边搅。
- 4.放入黑胡椒粉,装盘。
- 5.在上面放一点鸡丝点缀。

### 蔬菜饭团

小孩子都不爱吃白米饭,那就想想办法给米饭变个脸,变完脸后的米饭,个个可爱,他们抢都来不及呢!



原料:大米、玉米、胡萝卜、寿司醋。

做法:

- 1.把做好的米饭放在比较大的碗里,加一点寿司醋,尝起来有一点酸甜味就可以了。
- 2.放入玉米粒、胡萝卜粒和米饭一起搅拌。
- 3.等搅拌好的米饭凉透,用各种制作饭团的模具直接压成形,稍作装饰就可以了。(英英)



## 游玩 high 翻天

工作忙碌的你,有多久没带孩子去疯狂嬉戏了?六一到了,不妨停下你忙碌的脚步,请一天假,加上周末两天休息日,自己组一个小长假,大手牵小手,带孩子去游玩。在带孩子寻找快乐的同时,家长们自己也好好放松一下。

以下两位家长的做法,其他家长可以借鉴一下。市民景女士在得知新区一家烘焙店推出六一儿童节DIY蛋糕的活动后,忙不迭地报了名。类似的活动她以前曾带孩子参加过,她和孩子认真跟着师傅的讲解和演示,边模仿边尝试DIY蛋糕。那一次,孩子玩得很开心,事后吵着还要去。景女士说,那是让孩子自己制造惊喜的地方,算是她送给孩子的一个既好玩又能留下美好记忆的儿童节礼物。

董女士的六一节选择是带儿子去点点梦想城玩。据她说,郑

州有个点点梦想城,那实际上是一个少儿职业体验馆,也是一个神秘的儿童王国,小朋友可以在体验馆里扮演各种各样的职业角色,如警察、医生、赛车手、主持人、考古学家、模特等,还可以学做冰激凌、比萨饼、三明治、巧克力,当一回西餐大厨。那里一共有70多个职业可供小朋友体验。

当然,如今可供孩子们游玩的地方很多,生长在洛阳市区的孩子,需要更多地和大自然亲密接触,家长不妨带孩子到各大公园或周边的风景区转转,或去爬山,或去漂流,或去采摘……秀美的景色不但会令孩子心情舒畅、快乐,更可以让孩子呼吸新鲜空气,体验大自然之美,寻找



都市繁华之外的新鲜!

如果有的家长不愿意出门、不愿意花钱,可以选择在家里以游戏的方式教孩子一些手工,如教女孩子织毛衣、梳头,教男孩子叠被子、做手工,让孩子在游玩的同时,学会一些生活技能。(刘淑芬)

## 故事伴入眠



《小王子》小王子住在一个小星球上。有一天,他离开了居住的星球,喜欢的玫瑰开始旅行。他经过了各种各样的星球,看到了形形色色的人在社会里迷失:国王爱慕虚荣,酒鬼为了忘却羞愧而喝酒,实业家只爱

孩子都喜欢听故事,家有儿女的你,不妨给孩子买几本书,当做儿童节礼物送给他,并在每个晚上给他读一读!我们在这里推荐几本有意思的书,家长可以借鉴。

计算天文数字一样的金钱……旅行中,小王子发现,人们苦苦追求着幸福,却常常粗暴地把幸福从身边赶走。

《夏洛的网》一只名叫威尔伯的小猪和一只叫夏洛的蜘蛛成了朋友。小猪未来的命运是成为盘中大餐,这个悲剧的结果让威尔伯心惊胆战。它曾尝试过逃跑,但它毕竟是一只猪。夏洛说:“让我来帮你。”夏洛在猪棚中织出“王牌猪”、“朱克曼的名猪”等字样,那些被人类视为奇迹的字让威尔伯的命运发生扭转。

《昆虫记》在这本书里,法布尔以其充满爱的语言向人们描绘了一个异彩纷呈的昆虫世界。在这里,蜜蜂、蜘蛛、螳螂等昆虫的习性、工作、繁衍、死亡等都活灵活现,充满了灵性与智慧。(合子)

## 宝宝笑脸

本期宝宝笑脸是为六一儿童节特别征集的,宝宝的笑脸被定格在这一瞬间:她,睁着圆溜溜的大眼睛,笑意盈盈;他,眯着双眼,咧着小嘴直笑的表情惹得人想亲他一口……宝宝的笑容,是世上最灿烂的风景,足以将世界点亮。他们的笑容,像天使般打动人心。

王佳成

张唯一

郭雨瞳

李嘉豪

李嘉欣