

男性のための料理教室

料理の基本から季節に合わせた献立まで幅広く実習できます!!

日 時 1月28日(金)・2月25日(金)
10:00~13:00

~1月の献立~

ピリ辛うどん
しめサバの卵の花和え
ブロッコリーの
ニンニクいため



~2月の献立~

簡単巻すし
ふわふわ団子のスープ
りんごの珈琲煮



★初心者大歓迎!!家でも簡単に作れる家庭料理です。

- | | | |
|---|-----|-----------------------|
| ◇ | 場 所 | 朝陽公民館 調理室 |
| ◇ | 講 師 | 長野県栄養士会 牧野 見伊子 先生 |
| ◇ | 定 員 | 1回12名(1組3名4班) |
| ◇ | 参加費 | 1,000円 (2回分・初回に集金します) |
| ◇ | 持ち物 | エプロン・三角巾・筆記用具など |

※受付〆切:1月22日(月)・・・申し込みはお電話でお願い致します。

朝陽地区住民自治協議会 社会福祉部会 ☎213-6170

~感染症対策を行いながら開催します。また、中止となる場合もありますのでご了承ください~