

秋の特別編

男性のための料理教室

☆初心者大歓迎!! 家でも簡単に作れる家庭料理です。



□日時 11月29日(水) 10:00～13:00

□場所 ホクト株式会社 調理室(南堀138-1)

□講師 横田八重子先生(食生活改善推進協議会)

□募集 20名 □参加費 300円

□持ち物 エプロン・マスク・三角巾・筆記用具等

男性のための料理教室を秋の特別編として、
ホクト(株)様の調理室をお借りして開催します。
「きのこ健康」のお話と簡単に調理できる
「きのこづくしの昼食」を実習します。
皆さんで秋の味覚を楽しみましょう。



～メニュー～

- きのこたっぷり混ぜご飯
- マイタケと
白身魚のホイル蒸し
- 霜降りひらたけと
サツマイモのホットサラダ
- お吸い物



お問合せ & お申込み

朝陽地区社会福祉協議会

TEL & FAX

213-6170

締切11月20日

✉ : j-asahi1906@orion.ocn.ne.jp

※当日自動車でお越しの場合は、
申し込み時お申し出ください。

主催 朝陽地区住民自治協議会 社会福祉部会
朝陽地区社会福祉協議会