

魚、乳製品を使ったメニューで骨を丈夫に！



料理教室



★メニュー★

ごはん、魚ときのこのチーズホイル焼き、れんこんとごぼうのミルクきんぴら、はんぺんスープ

【と き】 1月31日（木）午前10時～午後1時頃

【場 所】 城東区保健福祉センター調理実習室（区役所2階）

【講 師】 城東区食生活改善推進員

【対 象】 利用証をお持ちの方 【定 員】 24名（先着）

【費 用】 500円（材料費）

【持 物】 エプロン・三角巾・ハンカチ・筆記用具

【申 込】 1月10日（木）午前10時より



参加費を添えてご本人様が来館にて受付

※おつりのないようお願いします