

料理教室



～生活習慣病予防の食生活～

と き☆≡ 3月12日(火)

午前10時00分～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

城東区保健福祉センター管理栄養士

対 象 利用証をお持ちの方

費 用 500円 (材料費) *定 員* 20名 (先着)

持 物 エプロン・三角巾・ハンカチ・筆記用具

申 込☆≡ 2月20日(火)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。



★メニュー★



ごはん・さば缶とピーマンのみそ炒め・ポテトスープ
ゆがき大根とかにかまの酢の物・スイートパンプキン

