

親子料理教室

●ピタパンとチリコンカン

美味しそう〜♪

食卓を彩る
アレンジレシピも満載!!



●ニンジンとリンゴのサラダ

抗酸化力が高い
栄養たっぷりサラダ!!



●スキムヨーグルト

腸の働きを活発にする
ヨーグルト!!



日時：7月25日(土)

時間：10:00~13:00予定 (受付:9:45~)

対象：年長~小学生とその保護者(きょうだい可)

定員：先着8組

参加費：1組500円(子ども1人追加につき+200円)

持ち物：マスク、エプロン、三角巾、水筒、ふきん、台ふき、鉛筆、上靴

場所：赤間西コミセン 調理室

申込み：赤間西コミセン TEL38-9506

・調理室は土足厳禁の為、必ず上履き(スリッパ可)をご持参ください

・時間厳守です。グループ作業になりますので時間にゆとりを持ってお越しください

健康福祉部会主催：赤間西地区食生活改善推進会



忘れ物がないか
確認してね!

