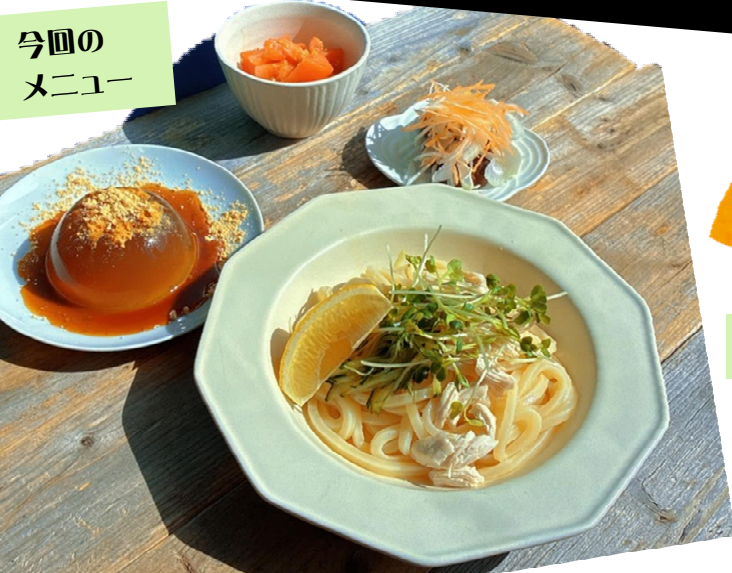


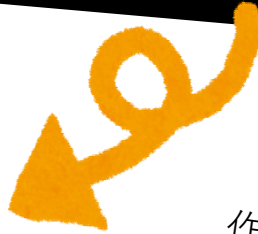
えっ!?

目の前で作ってくれるの!?



今回のメニュー

白だし塩しモンまぜうどん トマトの生姜ナムル
椎茸のたたき 信玄もち飴ゼリー



作りますよー!

講師

畑澤 愛花先生

ごはんcafe
あむっと店主
(三笠高校卒業生)



日にち **5/27 (水)**

- 時間 10:30~13:00
- 会場 ふれあい健康センター
- 定員 8名 (先着順)
- 参加費 500円
- 内容 1.講話【間食・水分摂取について】
2.調理見学と実食

【申込・問合先】

ふれあい健康センター 栄養管理係
☎01267-3-2010 受付時間 8:30~17:00
お電話または窓口でお申込みください。

会場



✉空欄に参加する日にちを記入してください。

私は () に
参加申し込みしました!

申込受付開始は **5月1日から!**

フリガナ
氏名

生年月日

電話番号

日程と食材

5/27 (水)
白だし塩しモンまぜうどん
申込締切日 5/20(水)

申込受付開始は
5月1日から!