

セミナー事業ご案内

No.11

夏野菜たっぷりメニューと持ち帰りサワードリンク

今回は講師に『野菜がおいしいごはん Cafe かりん』店主川原静花先生を迎え、夏野菜をたっぷり使ったメニューと、お持ち帰りサワードリンクの「料理教室」を開催します。季節感溢れるメニューと、この時期に嬉しい爽やかなサワードリンクを一緒に作ってみませんか？参加お待ちしております！

- 【実施日】 7月7日(日) 9:00~12:00
【会場】 プラザおおるり2階「栄養指導室」
【募集人数】 20名 応募者多数のときは抽選
【参加費】 会員 1,500円(受講料・材料費等)
会員優先ですが、状況により家族対応可
【講師】 川原 静花 先生
【申込締切】 6月14日(金)15時

【メニュー】

- ・フルーツミックスサワー1本
- ・夏野菜の揚げ浸し
- ・ズッキーニのオムレツ
- ・季節の味噌汁
- ・生姜ごはん

材料の入荷状況によりメニューの変更あり

【申込書】 共済会 FAX 36-7734

事業所No.					事業所名
電話番号	ご担当者様				
会員番号	会員名	金額		備考	