

平成29年8月2日より受付開始

健康料理教室

毎日の食生活で実践できる、野菜たっぷり
塩分控えめ、バランスの良い食事を学びます。

日時

平成29年9月13日(水)
10:00~12:30

会場

あすみが丘プラザ 2階 料理実習室

参加費

600円

メニュー

麦ごはん
チーズ入り豆腐ハンバーグ
ほうれん草としめじのごま和え
かぶのみそ汁
フルーツのヨーグルト和え



定員：16名（定員になり次第締め切らせて頂きます。）

問合せ

土気あすみが丘プラザ
千葉市緑区あすみが丘7-2-4



043-295-0301