



食改コラボ料理教室

～野菜たっぷりおいしく減塩～

10/18(土)

9:30～13:00



MENU

魚のマヨネーズ焼

春雨の炒め物

5種の野菜スープ

白飯

白玉入り抹茶ゼリー



会場 大石公民館 調理室

対象 市内に在住・在勤・在学

定員 16人(応募者多数の場合は抽選)

参加費 450円(材料費) ※おつりの無いようにご用意ください。

持ち物 マスク・エプロン・三角巾・ふきん2枚・

申込み 講座名「食改料理教室」の講座・住所・氏名・性別・電話番号・
年齢を記入して、9月25日(木)までに直接かメールで大石公民館へ
✉ s723400@city.ageo.lg.jp

問合せ・申込先

大石公民館 上尾市小泉9-28-1

☎048-726-6615



ホームページから申し込みが出来ます。

