

健康料理教室

11・12月のテーマ『クリスマス』

クリスマスレシピを行います。料理のポイントを丁寧に説明していきます。
ご自宅でも簡単に作ることができるレシピなので、この機会に参加されてみませんか？



日時:

予約開始は**10/31(木)**です

- ①11月9日(土) ②11月13日(水) ③11月14日(木)
④11月19日(火) ⑤11月21日(木) ⑥11月22日(金)
⑦11月26日(火) ⑧11月27日(水) ⑨12月5日(木)
⑩12月6日(金) ⑪12月10日(火) ⑫12月11日(水)
⑬12月14日(土) ⑭12月17日(火) ⑮12月20日(金)

10時～12時30分頃まで

場所: あんず薬局2階キッチン・3階会議室

※階段での移動となります。ご了承ください。

人数: 1回 2～6名まで

参加費: 1回 **400円**(当日集めます)

持ち物: エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記用具

お申し込みはあんず薬局【☎ 0895-25-3311】で受け付けています

※材料準備の都合上、ご予約日前日の正午以降にキャンセルされた場合、キャンセル代(**400円**)をお支払いいただきます。

土曜日も行っています
お仕事をされている方も
ぜひ、ご参加ください

教室後、お薬相談も受け付けています
ご希望の方は前日までにご予約ください

🍴・🍴・メニュー・🍴・🍴・ ※毎回このメニューを作ります

チキンのトマト煮
クリームチーズソースかけ



オレンジオイルの
サラダ



かぼちゃのポタージュ



※主食はパンを予定しています