

健康料理教室

8月 『骨を丈夫に』

- ① 8月18日 (金) ② 8月22日 (火)
③ 8月24日 (木) ④ 8月26日 (土)
⑤ 8月30日 (水)

MENU

- ・ 鮭の豆乳グラタン
- ・ 切干大根の塩昆布和え
- ・ 小松菜とじゃこのふりかけ

10:30~12:30

場所：いちょう薬局（日赤病院前）

【人数】
2～3名

【参加費】
600円

【持ち物】
エプロン・三角巾・マスク
ハンドタオル・筆記用具

申し込み：いちょう薬局に連絡ください
☎(089)994-8881
担当：管理栄養士 牧野

無料栄養相談
受け付け中!!

※参加時は手洗い・消毒・マスク着用のご協力をお願いします
※体調に不安がある方は、参加を控えてください
※コロナ感染状況により、中止となる場合があります