

健康料理教室

2月 『貧血』

- ① 2月16日 (金) ② 2月17日 (土)
③ 2月20日 (火) ④ 2月22日 (木)
⑤ 2月28日 (水)

MENU

- ・ さば缶と梅の混ぜご飯おにぎり
- ・ 厚揚げとほうれん草の白和え
- ・ あさり缶のチヂミ

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