



初心者大歓迎!!

第2回男の台所

～美味しく健康的な食事を作ろう～

献立(予定)

主食:さつまいもご飯 主菜:豚バラと豆苗、ちぎり厚揚げ、えのきの重ね蒸し

副菜:かぶのゆず和え 汁物:はんぺんのすまし汁

※料理は持ち帰りとなります。(タッパー等ご持参ください)

開催日:令和元年11月17日(日) 13:30~16:00

場所:花輪市民センター調理室(コモッセ内)

材料費:500円

持ち物:エプロン、上履き、ハンドタオル、持ち帰り用タッパー

定員:16名(先着順)

講師:鹿角市食生活改善推進協議会のみなさん

【申し込み方法】料金を添えて花輪市民センターまでお申し込みください。

申込期限:11月8日(金) 受付平日9:00~17:00

※時間内の申し込みが難しい場合は電話にてご相談ください。

申込・問い合わせ先 花輪市民センター ☎0186-23-3351



領収書

令和元年 月 日

氏名 様

¥ 500

但し、おいしく食べて健康づくり材料費として上記領収しました。

花輪市民センター 印

申込書

令和元年 月 日

氏名

電話番号

住所