

簡単
楽しい

男の ええ 加減 料理教室

美味しく、楽しく、簡単に！家族のために自分のために、料理に挑戦してみませんか？
初心者の方も安心してください！先生方が食材の切り方や扱い方など基本から親切に教えてくれます。もちろん料理大好きなあなたも大歓迎です。レパートリーを増やしましょう。

◆日時：平成28年12月10日(土) 17時～

◆場所：陶公民館 調理室 ※食事は和室にて皆さんでいただきます。

◆メニュー：「ロコモコプレートを作って一緒に食べよう！」

トマトの旨味たっぷりトマトライス／白はんぺんとジャガイモの入ったふわふわハンバーグ

寒い冬にあったまるとろろ昆布としょうがのスープ／ビタミンたっぷり小松菜のサラダ

デザートでほっこりサツマイモのマーブル巻き

◆対象：男性（年齢制限なし） ◆定員：12名

◆申込み期限：11月30日(水)

◆参加費：500円（当日徴収します）

◆持ち物：エプロン・三角巾（頭部を覆うもの）・マスク

◆講師：食生活改善推進協議会 陶支部の皆さん



【受講申込み・お問い合わせ先】

陶公民館

〒509-6361 瑞浪市陶町猿爪 405-1 ☎0572(65)2112



受講希望者は窓口設置のお申込み用紙又はお電話にてお申込み下さい。