



食育

考えよう!食育

～新鮮野菜の料理～

無料

調理実習

栄養士より講話

働き子育て世代のかた向け

●定員 先着16名

●対象 成人(未就学児同伴不可)

●申込 12/21(金)
来館10時～ 電話13時～



講師:

西区食生活等改善推進委員会
(ヘルスマイト)



MENU

- ・簡単たまごトマト丼
- ・ジャガイモとネギのトロトロスープ
- ・フロッキーとカボチャのサラダ

1/26
(土)
10時～13時