

男性の料理教室へのおさそい

令和4年10月1日(土)

11時～15時(受付10:30)

メニュー

*しょうが香る
カオマンガイ

*たたききゅうりと
かぶのうめおかか

*フロッコリーの
ポタージュ

(変更あり ご了承ください)



スーパーのお惣菜や
冷凍食品を使って簡
単に栄養バランスが
とれるコツをお伝え
します



場所	中原市民館 2F 料理室
募集人数	20人(応募者多数の場合抽選) *17日抽選後、ご連絡を差し上げます
対象	男性
参加費	600円～700円(食材費)
持ち物	エプロン・三角巾・ふきん2枚 手ふき・筆記用具・ <u>マスク着用</u>
申込み期間	令和4年 9月 1日～16日

申込方法・申し込み先

Eメール posu-mayo@nifty.com 山崎

FAX 044-411-7667 山崎

件名に「男性の料理教室」と書いて
氏名、電話番号を明記してお申し込みください。

お申し込みと同じ送信方法でご参加の可否をご連絡いたします

