

冬の薬膳料理

冬の体づくりは**秋**から始まります！
食材の力を知って
冬を元気に過ごしましょう！

10/6(金) 10時~14時

講師：瀧直実先生 中医薬膳栄養師

定員：16名 参加費：800円

持ち物：エプロン、三角巾、筆記用具

申込み：9月13日から電話または受付まで

メニュー

鶏肉の葱生姜ソース	冬のサラダ
レンコンのきんぴら	ご飯
ニラ玉汁	黒豆茶

注)メニューは変更になることもあります

本郷地区センター

〒247-0005 栄区桂台301

TEL 892-5310

