

美味しい秋の気配を感じながら、季節のメニューをいただきましょう。  
欲張ったって大丈夫。

# カラダにやさしい料理塾



お 題 : 簡単ヘルシー料理      ◎今回のお品は ・レンジを使った簡単手づくりソーセージ  
・ポトフ ・きのこの和風合え  
・芋うんりゅう ・ガーリックトースト

日 時 : 平成24年10月13日(土) 午前10:00~12:00

場 所 : 尼崎市立小田地区会館 2F 料理教室 Pあり

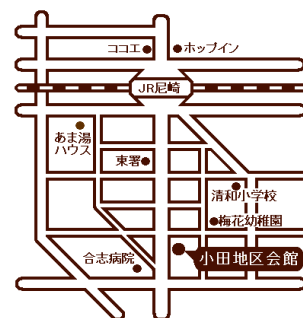
定 員 : 12名      参加費 : ￥500(材料費含む)

申込み : 前日までに参加費を添え、会館受付へお越しください。

※電話での仮予約も受け付けます。

持ち物 : エプロン、三角巾

講 師 : 管理栄養士 今村 直江さん



◎お問合せは…尼崎市立小田地区会館 長洲本通1丁目15-38 ☎06-6488-2574