

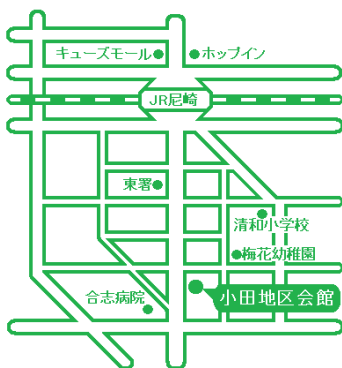


出かけなくてもお花見気分。今日はお家で春パーティー！！

# カラダにやさしい 料理塾

今回のお品は…「お花見弁当」

- さくらとグリーンピースのおにぎり
- ごまみそ焼きおにぎり
- 色どり野菜の肉巻き
- 焼きたけのこの木の芽しょうゆ
- ソラマメとうどの梅酢あえ
- 黒糖わらびもち



日 時：平成26年3月29日(土) 午前9:30～12:00

場 所：尼崎市立小田地区会館 2F 料理教室

対 象：一般(10歳以上) 定員 16名

参加費：800円(材料費含む)

申 込：3月6日(木)より、前々日までに参加費を添え  
直接当館へお申込下さい。※先着順です。

持 物：エプロン、三角巾(髪を覆うもの)、食器ふき、手ぬぐい

講 師：管理栄養士 今村 直江さん

JR尼崎駅より南へ400m P20台あり

●お問合せ、お申込は… 尼崎市立小田地区会館 尼崎市長洲本通1丁目15-38 ☎06-6488-2574

FAX 06-6488-9399

HP <http://w8.alpha-web.ne.jp>

E-mail [odaruma@mx8.alpha-web.ne.jp](mailto:odaruma@mx8.alpha-web.ne.jp)