

令和4年度 教養講座

秋の栄養教室

旬の食材を使ったメニューを
紹介していただきま〜す！



10月13日 木曜日

午前10時 ~ 12時

メニュー・さんまのカレーフライ



・南瓜の豆乳煮

・小松菜のクルミみそ和え



※ 作ったものは持ち帰りとなります

場 所 : ふれあい交流センター萩原 1階栄養指導室

講 師 : 野澤 佐和子先生 (管理栄養士)

費 用 : 材料費として600円 (当日集金)

定 員 : 7名 (60歳以上の浜松在住の方)

持ち物 : エプロン・三角巾(バンダナ)・手拭きタオル

・布ふきん2枚・筆記用具

募 集 : 9月17日(土) ~ 10月1日(土)

お電話かFAX 直接窓口にてお申込みください (抽選)

浜松市北区初生町1

ふれあい交流センター萩原

電話(FAX 兼用) 053-439-4178

