

令和6年度 教養講座

# 夏食材を使った料理講座

6月11日・7月9日（すべて火曜日）

午前10時～12時（全2回）



## メニュー：

6月11日：豆乳ひやむぎ、ビタミンたっぷりサラダ、ひじきのクリーム和え、ヨーグルトデザート

7月9日：ししとうとじゃこの和風ペペロンチーノ、タコのマリネサラダ、冬瓜のスープ、柑橘フレッシュゼリー

場 所：ふれあい交流センター萩原1階 栄養指導室

講 師：丸井 智美 先生（管理栄養士）

費 用：材料費として1,500円（2回分）当日集金

定 員：7名（浜松在住の60歳以上の方）

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

※食中毒感染予防のためお持ち帰りはお控えください。

募 集：5月4日（土）～5月25日（土）

お電話かFAX 直接窓口にてお申込みください（抽選）

浜松市中央区初生町1 ふれあい交流センター萩原

電話（FAX 兼用）053-439-4178