

初心者向け

男の料理教室

魚おろしに挑戦！！

～メインディッシュは自分でおろした魚料理、レパートリーを増やしませんか！～

9月5日(土) 10時～13時

場 所： 遠藤市民センター ・ 調理室

対 象： 成人男性 8人 (抽選)

参加費： ￥1,000

講 師： 湘南栄養指導センター

～ お申込み・お問合せ ～

8月13日(木)～21日(金)

電話、来所、電子申請

(下記二次元コード)にて受付



～お品書き～

- ・ 魚のパン粉焼き
- ・ 季節の野菜グリル
- ・ いんげんのナムル
- ・ ジュリアンスープ
- ・ 御飯

* 電話、来所は平日8:30～17:00にお願いします。

* 参加の可否は8月24日(月)以降にご連絡いたします。

* 参加費は事前に遠藤市民センター窓口にてお支払いをお願いします。

遠藤市民センター (86)9611 (平日8:30～17:00)