

「適塩メニュー」



メニュー

- ・さつま芋麦ごはん
- ・焼き鮭中華ソースかけ
- ・イタリアンブロッコリー
- ・ホタテ入りきのこ汁
- ・オートミールココアクッキー

日 時

1月19日(月)10:00~12:30

場 所

舞鶴公民館 講堂・学習室

講 師

出嶋 洋子さん・舞鶴食生活改善推進員協議会のみなさん

対 象

どなたでも

材料費

500 円(当日徴収)

定 員

18名

持ってくるもの エプロン、三角巾、マスク、手拭き用タオル

申込み

窓口または電話(☎771-3541)で

1月4日(日)~受付開始 先着順

主 催

舞鶴公民館