

親子で楽しく クッキング

良質なたんぱく質とカルシウムが効率よく摂れる牛乳や乳製品は、そのまま食する以外にも普段のお料理に取り入れることで、栄養価はもちろん、旨みやコクがアップします。食や栄養に関するトピックスも交え、おいしく楽しく学びましょう！

8月6日(火)

10:30～13:00

受講料：1組 1,400円（材料費込み）

※おひとり追加ごとにプラス 500円

対象：小学生とその保護者

定員：12組

**持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、
タオル、飲み物**

MENU

- *キーマヨーグルトカレー
- *りんごとかぼちゃのヨーグルトサラダ
- *つぶつぶフルーツラッシー



※作ったお料理を持ち帰ることはできません

講座名	親子で楽しくクッキング	
名前（ふりがな）	（　歳）	電話番号
住所		
何を見て知ったか		

はがきかファクシミリ、メール、または直接会館で受付します。

応募締切 7月17日（水）必着

※申込多数の場合は抽選になります。

当選者にはメールまたははがきで詳細を通知します。