

料理教室

年間約150日の料理教室と専門学校で調理理論等の授業を担当する講師によるヘルシークッキングです。

【講師】 管理栄養士 人見 典恵 先生



♪講師からのメッセージ♪

季節の食材を中心に家でも作りやすいメニューを提案しています。実際にメニューを味見し、素材を確認できることが料理教室の最大のメリットです。ひとときの時間を講座でのグループレッスンという形で共有できることを楽しみにしています。

メニュー

『家で楽しむカフェ風ごはん』

★グリッシーニ

★照り焼きチキンと夏野菜のクリームスープ

★冷製パスタサラダ

★濃厚パナコッタ



【日時】 6月24日（水）10：00～13：00

【場所】 西ふれあいセンター 2階 調理実習室

【受講料】 940円（別途材料代900円程度必要）

【定員】 20名（抽選時65歳以上の方優先）

【締切】 6月14日（日）必着