

料理教室

～秋の実りのイタリアンランチ～

彩り豊かな秋の食材を使って、
イタリアンランチを作りましょう！

メニュー

- ＊ 簡単フォカッチャ
- ＊ 秋鮭とキノコのアクアパッツァ風
- ＊ トロトロ蒸しナスとトマトのカプレーゼ
- ＊ サングリア風フルーツポンチ



【講師】 管理栄養士 松下 暢子 先生

【日時】 9月27日（日）10時～13時

【対象】 高校生以上（抽選時65歳以上優先）

【場所】 西ふれあいセンター 2階 調理実習室

【受講料】 1,230円

【材料代】 1,270円程度

※昼食として、みんなでいただきます。

【定員】 20名

【締切】 9月13日（日）必着

※年4回（6・9・12・3月ごろ）開講予定

お申し込みは
こちらから

