

「食」を楽しむ!

…令和2年度…

作野福祉センター

～「旬の食材」で健康維持～

キッチンサロン

春企画

募集

テーマは「旬の食材」。「旬の食材」には ①味がおいしい ②栄養価が高い ③価格が安い の3つのメリットがあります。

「楽しく作って、おいしく食べる場」であり「簡単・おいしい・ワンコイン」が基本のサロンです。男性もぜひどうぞ!

◆開催日 令和2年4月～6月の第1・3金曜日

◆時間 午前10時～12時

◆会場 作野福祉センター 1階 テイルーム・厨房

◆対象 市内在住の60歳以上の方
障がいのある方、地域福祉活動に関心のある方

◆指導者 第1金曜日 吉田 増男氏 (パティシエ)
第3金曜日 小瀧 由美子氏 (栄養士)

◆日程・内容・定員・参加費



| 日程 (全て金曜日) | 内容 (「旬の食材」 : メニュー) | 定員 (先着順) | 参加費 (食材費) |
|---------------|---------------------------|-------------|--------------|
| 1 4/3 | 「桜葉」: 桜のプリン | 15名 | 500円 |
| 2 4/17 | 「キャベツ・人参」: キャベツたっぷりメンチカツ | 15名 | 500円 |
| 3 5/1 | 「甘夏」: 甘夏のジャムづくりとフレンチトースト | 15名 | 500円 |
| 4 5/15 | 「新玉ねぎ・じゃがいも」: おから入りポテトサラダ | 15名 | 500円 |
| 5 6/5 | 「とうもろこし」: コーンとチーズのクッキーサンド | 15名 | 500円 |
| 6 6/19 | 「にんにく・いんげん」: 春巻き | 15名 | 500円 |

◆申込み 3/11 (水) 午前9時より 作野福祉センターにて参加費を添えて申込み (各回ごとの申込み可 電話不可 受付は各日午後5時まで)

◆持ち物 エプロン・三角巾 (バンドナ可)・ふきん



問い合わせ先 作野福祉センター : TEL 72-7570