

第9回

# 男の料理教室



カルシウムアップで  
骨太に！！

皆でワイワイ楽しく  
地域の男同志の交流の輪を広げましょう

◆ 日時 令和元年**6月29日**（土）

10:00～13:00

◆ 会場 臼井南中学校 家庭科調理室

◆ 講師 佐倉市食生活改善推進員の皆さん

◆ 内容 **★鮭のチーズパン粉焼き**

**★切り干し大根サラダ**

**★桜えびとじゃこのふりかけ入り混ぜご飯**

**★野菜のミルク味噌汁**

◆ 持参物 エプロン・三角巾・上履き

◆ 参加費 500円

※先着順 20名

《応募先》

千代田地区社会福祉協議会事務所

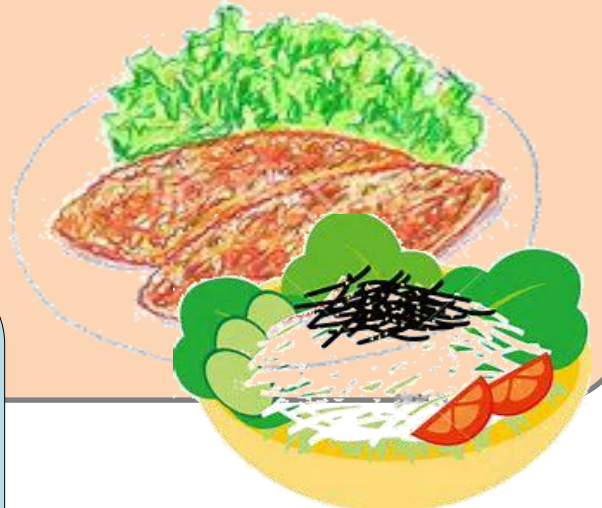
TEL 461-5641

【火・木・金：午後1時～午後5時】

留守の場合はメッセージをお願いします。

Fax 308-6783

E-mail: shakyo.chiyoda@chime.ocn.ne.jp



主催

千代田地区社会福祉協議会  
(ボランティア事業部)