

写真はイメージです



第1弾 夏向けレシピ

会員さん向け

料理講習会

参加無料
20名程度

簡単クッキング!

火をなるべく使わない!

7/6月

会場：知立市総合福祉センター
2F 調理室

時間：10:30～12:00

第一弾は夏を克服する火をなるべく使わない料理を作ってみましょう
家事支援の仕事にも毎日のごはんづくりに生かしてください！
作った料理は持ち帰ります

【持ち物】エプロン・三角巾

講師

木村 えり子さん (会員)

今回のこんだて

- ・豚バラとなすの重ね蒸し
- ・コーンシュウマイ
- ・レンコンのツナマヨサラダ
- ・コンソメジャーマンポテト

メニューは一例です。仕入れにより変更となる可能性がございます。



お申込は、電話・窓口・LINEで▼▼▼
知立市シルバー人材センター
TEL.0566-82-5800

