

初めての男性料理教室



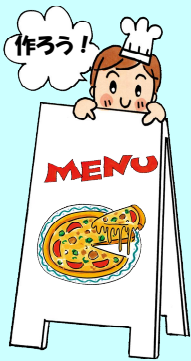
6月6日～27日

毎週土曜日（全4回）

午前9時30分～午後0時30分

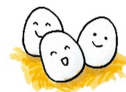
若者もシニアも、これから料理をしてみたい男性向けの料理教室です。料理の基本を楽しく学び、手料理に挑戦してみませんか？

1から学ぶ 手作りごはん



- 6/6 (土) ごはん、具たくさん味噌汁、煮魚、卵焼き、きゅうりもみ漬け
- 6/13 (土) 冷やし手打ちカレーうどん、フルーツヨーグルト
- 6/20 (土) 米粉のフライパンピザ、手作りシューマイ、豆腐サラダ
- 6/27 (土) 炊き込みお赤飯、チキンの赤ワイン煮、筑前煮、すまし汁

- // 会場 高崎市中央公民館 調理実習室
- // 対象 市内在住か在勤の18歳以上の男性
- // 内容 短時間でできて栄養バランスの良い食事作りの基本を学ぶ
- // 講師 管理栄養士 柴山益子先生
- // 定員 20人(抽選) ※初めての受講者を優先
- // 費用 食材費4,000円
※欠席の際の返金はありません。あらかじめ、ご了承ください。
- // 申込み 申込フォーム・電話 〆切 5月18日(月)



申込フォーム



〔フォームURL〕 <https://logoform.jp/f/6c45p>

【申し込み・問い合わせ】

〒370-0065 高崎市末広町 27

高崎市中央公民館「男性料理教室」係

電話：027-322-8605