

佐鳴台地区社協だより

社協だより第128号
2018年2月5日
佐鳴台地区社会福祉協議会
Tel 053-447-7477

楽しく・明るく・元気よく

あなたも挑戦してみませんか

脳活性化の為の男性の料理教室

1. 日時 3月11日(日)・17日(土)・24日(土)・31日(土)
10:00~13:00
2. 場所 佐鳴台協働センター 料理教室
3. 講師 管理栄養士 小池澄恵先生(浜松フリー栄養士の会代表)
4. メニュー(都合により変更する場合があります。)

3/11 ・ぶりのバルサミコ酢照り焼き・レンコン饅頭・人参シリシリ
3/17 ・きのこピザ・コールスローサラダ・スープ・いちごのモスコビー
3/24 ・炊きおこわ・レンコンバーグ・菜の花のナムル・いちご大福
3/31 ・鱈の茶碗蒸し・ささみと千切り野菜の炒め物・すまし汁・レンコン羊羹

5. 参加費 材料費 1,400円(4回分・半額社協負担)
6. 定員 16名(定員にない次第締め切り)佐鳴台の男性ならどなたでも。
7. 申込み 2月24日(土) 18:00から19:00

佐鳴台地区社協ふれあいコーナー 電話447-7477