

余すことなくおいしく野菜を食べよう

食育推進員会 伝達講習会

～ にんじん編 ～

参加無料

日時：10月31日(木)

午前10時～午後1時

場所：日置地区公民館



メニュー

にんじんごはん、塩麴にんじんの豚肉巻き、
にんじんとわかめのごま油和え、にんじん蒸しパン

持ち物：米0.5合、エプロン、
三角巾、マスク

募集人数：10人程度

申込締切：10月15日(火)

食推さんが考えた
栄養豊富でおいしい人参
料理を皆さんに味わって
いただきたいと思います。
参加をお待ちしています!

お申込み・お問合せ先：日置地区公民館

電話 86-0836

FAX 86-0837

裏面もご覧ください