

## 【生活習慣病予防料理教室】

取手ウェルネスプラザ料理教室

### 『ヘルシーメニューコンクール優秀賞受賞メニュー』

- ・ 彩り鮮やかドライカレー
- ・ アボカドとブロッコリーのサラダ
- ・ はちみつとレモンの寒天ゼリー



今回は県栄養士会ヘルシーメニューコンクールで優秀賞を受賞された管理栄養士の中島順子先生の献立を講話と調理実習で解説します。4人1組で調理し、試食していただきます。お持ち帰りは不可となります。

日 時：2023年4月8日（土）10：00～13：00

定 員：12名

参加費：1500円

持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク

申込期間：3月22日(水)10：00～3月23日(木)21：00（電話にて 取手ウェルネスプラザ☎0297-71-2122）

抽選後、3月25日(土)10：00より電話にてご連絡いたします。（キャンセルが発生した場合には再抽選の上、ご連絡いたします。）

#### 新型コロナウイルス感染症予防に関するご案内

- ・ 料理教室では3/13以降も引き続きマスク等の着用をお願いいたします。
  - ・ ご試食はアクリル板を設置してお召し上がりいただきます。
  - ・ 体調の優れないお客様はご来場をお控えください。
- ご来場のお客様にはご理解とご協力をお願い申し上げます。