

夏休みに

親子で手軽にできる

ランチメニュー



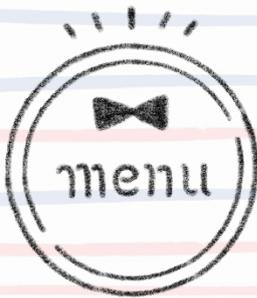
・やまがた^{ふう}風いも^に煮

野菜たっぷりいも煮と紙コップでおにぎりをつくります☆

・シャカシャカおにぎり

・なすとピーマンのみそ炒め^{いた}

・フルーツポンチ



日 時：7月19日（土）10:00~12:45

講 師：フードコーディネーター 伊藤 豊子 氏

対 象：小学生と保護者8組（先着）

持ち物：エプロン・バンダナ・タオル

参加費：一人 200円（調味料代）

※申し込み後に欠席する場合事前にご連絡をお願いします。

その場合準備の都合上ご返金できない場合がある旨ご了承ください。

申込方法：7月5日（土）11時から参加費を添えて窓口へ



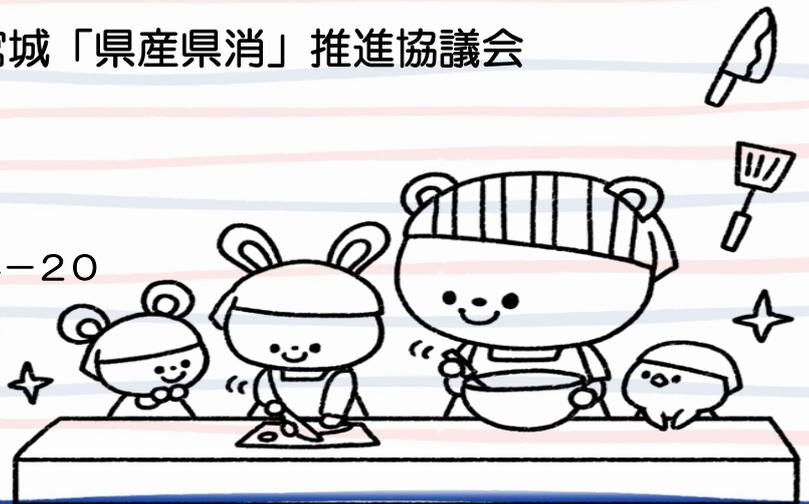
協 賛：JAグループ宮城「県産県消」推進協議会

【お申込み・お問合せ】

八本松市民センター

住所：仙台市太白区八本松2-4-20

電話：022-246-2426



※お預かりした個人情報は該当講座以外の目的では使用いたしません。

※講座での様子を写真撮影したものを市民センターだより・ホームページ等で掲載させていただく場合があります。

ご都合の悪い方は、お声がけください。