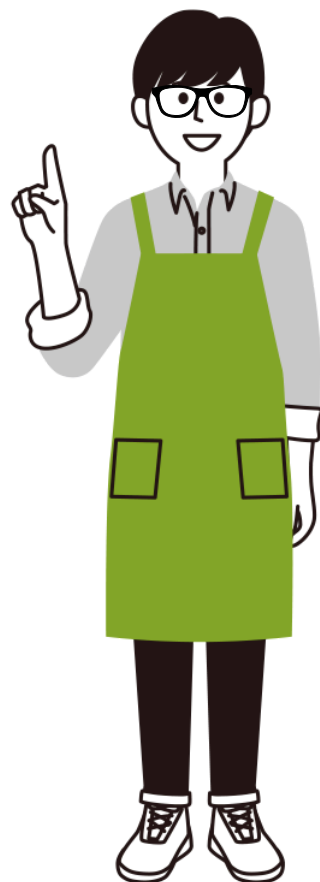


# 予防医学クッキング

管理栄養士の長崎吉晃さんから、骨粗鬆症料理の作り  
方と栄養学のお話を伺います。

詳しいレシピとご家族へのお土産つきです♪

- ・日時 6月24日(水)、25日(木) 10時~13時
- ・場所 メーラプラザキッチン
- ・定員 20名 (各回10名)
- ・参加費 1,000円



## 当日のメニュー

- 🍴 桜えびとごまの混ぜご飯
- 🍴 青のり香る鮭のパン粉焼き
- 🍴 彩り温野菜
- 🍴 ほうれん草のクリームスープ
- 🍴 バナナミルクプリン

参加申し込みはメーラプラザまで(☎217-0345)

※6/8(月)より受付開始

