

\ 手間暇かけない/ \ 災害時に作れる/

パッククッキング教室

身近な食材で、美味しく！簡単！いざという時に作れる
料理を皆さんで学びませんか？

開催日時：2月19日（水）10:00~12:00

開催場所：もりりん中央（中央公民館）
2階調理室

事前申し込みが必要です！



メニュー

- ・カレー
- ・ご飯、お粥
- ・さんま缶の卵とじ
- ・ふかしサツマイモ
- ・乾パンのお汁粉

講師：平山 麻理子 先生

（パッククッキングインストラクター、
管理栄養士、介護食アドバイザー）

持ち物：エプロン、三角巾

参加費：300円

定 員：20 名

（どなたでもご参加できます）

主催：社会福祉法人 守谷市社会福祉協議会 守谷支部
＜お申し込み＞

☎ 0297-45-0088 または 申込フォーム →
からお申し込みください。 2月7日（金） ✕

