



知っていますか？乳和食

和食に牛乳をプラスして
おいしく減塩、カルシウムアップ！



日時：2月6日(金) 10時～12時30分

対象：成人 定員：15人(抽選)

費用：800円

申込：1月6日(火)～1月12日(月)

場所：おゆみ野公民館 調理実習室

申込：電話・窓口・ホームページ

いろいろな
メニューを
ご紹介する
予定です。



知っていますか？乳和食

和食に牛乳をプラスして
おいしく減塩、カルシウムアップ！



日時：2月6日(金) 10時～12時30分

対象：成人 定員：15人(抽選)

費用：800円

申込：1月6日(火)～1月12日(月)

場所：おゆみ野公民館 調理実習室

申込：電話・窓口・ホームページ

いろいろな
メニューを
ご紹介する
予定です。

