

スコール流
健康のための食養生を学ぼう

料理教室



参加費：1回 2000円(材料費込み)
*3回参加される場合は5000円
定員：各回 8名
場所：スコール2F カルチャールーム

2/3(水)
10:00~12:30
締切1/29(金)

肉より魚・大豆製品を選ぶ
大豆や野菜をたっぷり使った
「チリコンカン」



2/17(水)
10:00~12:30
締切2/12(金)

肉より魚・大豆製品を選ぶ
豆腐・おからを使った
「豆腐ハンバーグ」



3/3(水)
10:00~12:30
締切2/26(金)

白より茶色を選ぶ
「ちらし寿司」



- * 料理教室参加の際にはエプロンをご持参ください
- * 欠席されても返金はいたしません。当日キャンセルの場合材料費のみいただきます(1,000円)
- * 4名様以上で開催いたします