

作って食べておしゃべりしましょう!!

——— こんな給食メニューはいかがですか(調理実習) ———

ビーツ⇒



いつ 10月12日(日) 13:00~17:00

ところ 与野本町コミュニティーセンター調理室

★参加者持ち物・・・エプロン・三角巾

与野本町駅より徒歩5分

★費用 無料

一人では新しいメニューの試作が大変ですね。
みんなで集まりワイワイあれこれ話しながら調理
実習すると、楽しみながらメニュー開発ができ
ます。ぜひ一緒に作りましょう。

そして、日頃の悩みや困っていることなどをお
しゃべりしませんか!



▲ピーナッツバターかぼちゃ



【給食のメニュー案】

- ちくわとゴボウのごまダレ丼 ○夏のさわやか手巻き寿司
- 美味だれ焼き鳥丼 ○ツナと塩昆布のご飯
- ビーツ入りご飯** ○切り干し大根でシャキうまパスタ
- 切り干し大根のみそ汁、スコッチブロス
- 赤いポテトサラダ ○高野豆腐の卵とじ
- ひじきの入った春雨サラダ ○**ありのみ(梨のソース)ソテー**
- かりかりきなこ豆 ○ピーマンとちくわのおかか炒め
- 小松菜とあさりの炒め物 ○小魚せんべい
- みたらしだんご ○**ピーナッツバターかぼちゃのスープ**

★太文字が当日の分科会メニューになる予定です