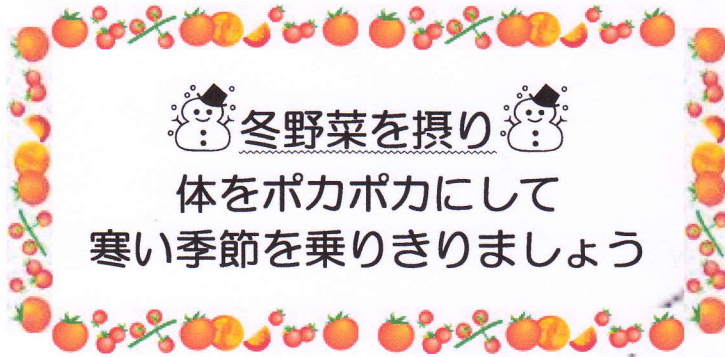


# 中国家庭料理市民塾



☺ 冬野菜を摂り ☺

体をポカポカにして  
寒い季節を乗りきりましょう



☺ お申込・お問い合わせ ☺

090-6665-2109  
(~18時)

090-6555-0181  
(18時~)

E-mail : kgr122\_jp@yahoo.co.jp

FAX : 06 - 6185 - 2303

塾長：こうまで

[http://blog.goo.ne.jp/kgr122\\_jp](http://blog.goo.ne.jp/kgr122_jp)

☺ メニュー ☺

- ◎ マーボー豆腐
- ◎ ジャガイモ酢入り炒め
- ◎ 鶏と旬野菜の煮込み

☺ 選べる楽しい♪クラスいろいろ ☺

◆ 午前クラス10:30~13:00 ◆

◆ 午後クラス14:00~16:30 ◆

♪ 期日・場所 (各クラス定員)

① 11月27日 (日)

亥の子谷コミュニティセンター・料理実習室 (20名)

② 12月18日 (日)

青少年活動サポートプラザ・料理実習室 (20名)

…定員に達し次第締切

♪ 参加費 1,000円 (材料費及び諸経費含む)

♪ 持物 エプロン 三角巾 台布巾

