



パパの料理教室

朝ごはんを作ろう!



子どもが喜ぶ簡単レシピをマスターしましょう。
包丁の基本的な使い方や食物の栄養バランスなどを学ぶ
料理初心者向けの講座です。

講師：栄養士 大村 千香子

第1回

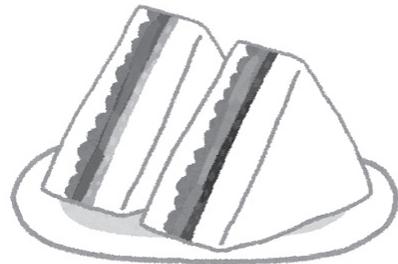
[2/11] おにぎりと
自家製即席みそ汁を作る。



朝ごはんを作ろう! **和食編**
おにぎりのみそ汁(みそまる)

第2回

[2/18]
2種類のサンドイッチを作る。



朝ごはんを作ろう! **洋食編**
具たくさんサンドイッチ

★小麦、卵、乳等を含むものを使用 ★当日はエプロンをご持参ください。



2018年2月11日・18日(日) 10:00～12:00 (全2回)

定員 20人 **受講料** 1,000円

会場 イーブルなごや 生活科学研修室

託児 定員20人・実費80円

申込み方法 裏面 申込み方法②を参照ください

イーブルなごや(名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館)

〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号

TEL 052-331-5288 FAX 052-322-9458 ホームページ <http://e-able-nagoya.jp/>

開館時間…9:00～21:00(日曜・祝休日は17:00まで)

休館日…毎月第3木曜日、年末年始(受変電工事のため12/26～1/6休館)

※都合により講座の日程・内容・講師等が変更になる場合があります。
※傷害保険等の設定をしておりません。必要な方は各自でご加入ください。

講座番号 T-9

