



おみやげ付き!

託児室付き!

親子クッキングスクール

～ふすまパンを使った料理～



☆ 日 時 **7月28日(土)** 10:00～13:00

☆ 内 容 ふすまパンを使ったサンドイッチ、ガスパチョ、旬の果物ヨーグルトがけ、
(アレルギーの御心配のある方は、備考欄にご記入ください)

* ガスパチョとは?…スペイン料理でトマトの冷製スープ。野菜を多く使うため、夏バテ防止にオススメ。

* ふすまパンとは?…小麦の外皮(ふすま)を使って作ったパンで従来のパンよりも糖質が少なく、食物繊維が豊富なのでダイエット効果が期待できると女性誌にも紹介されている注目のパン。

☆ 会 場 札幌エルプラザ 4階料理実習室 (札幌市北区8条3丁目28番地)

☆ 対 象 小学生1名と保護者1名のペア(大人・子ども各1人、1組2名)

☆ 定 員 20組限定(応募者多数の場合は抽選)

* 応募結果は7/20(金)までにハガキにてお知らせ致します。

☆ 参加費 500円

☆ 託 児 事前申し込みで託児室が無料で利用できます。ご希望の方は、申込用紙の備考欄にご記入下さい(利用には大人の付き添いが必要です)。

☆ 申込方法 E-Mail(PC・携帯)またはFAX

☆ 申込締切 7月17日(火)必着

☆ 主 催 公益社団法人北海道栄養士会 札幌石狩支部 第1地区
申し込み

フリガナ
氏名(大人) _____ 性別:男・女 年齢: _____ 歳

フリガナ
氏名(小人) _____ 性別:男・女 学年: _____ 年生

備考欄

日中連絡先

TEL・携帯() _____ -

住所
〒 _____

申し込み・問い合わせ先
札幌しらかば台篠路病院 栄養科美濃川良江宛
E-mail eiyou1chiku@yahoo.co.jp
FAX (011) 773 -2957