



# 食育・花育センター 料理教室

# 5月



一般

親子・子ども

5月 10日(水)



## 旬の食材を使った フランス料理教室

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：2,500円
- 定員：一般 32人
- 講師：富樫 一仁先生
- メニュー：ホタルイカのタブレ、豚肉のカツレツ、アスパラのオランダーズソース

5月13日(土)



## おやこで食育 お弁当工と 簡単食花バランス弁当

- 時間：10:00~13:30
  - 参加費：1,500円
  - 定員：5歳~小学生の親子 8組
  - 講師：こども創造センタースタッフ・食育・花育センタースタッフ
  - メニュー：照り焼きチキン、小松菜の和え物、じゃがいものきんぴら、ごはん
- ※**工作はこども創造センターで行います。**

5月14日(日)



## 親子で作るカラフル弁当

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：2,500円
- 定員：小学生の親子 16組
- 講師：食生活改善推進委員協議会
- メニュー：筍ごはん、肉詰めピーマン、ほうれん草のミモザサラダ、グリーンアスパラガスとパプリカの梅肉和え、フルーツ、みそ玉作り

5月19日(金)



## 野菜のおかず~初夏~

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：1,500円
- 定員：一般 32組
- 講師：石田 恭子先生
- メニュー：アスパラ、豆類、新玉ねぎ、トマトなど

5月21日(日)



## 日本のごはん ~キッズキッチンの一汁二菜~

- 時間：10:30~13:00
  - 参加費：4,000円(2人分)
  - 定員：5歳~10歳 12人
  - 講師：キッズキッチンコミュニティ新潟
  - メニュー：鍋炊きごはん、本格だしのお味噌汁、肉じゃが、胡麻和え
- アレルギー該当食品(豚肉、胡麻、味噌(大豆)、醤油(小麦粉)使用します。子どもに手厚く指導し、子どもが1人で作ります。

5月27日(土)



## 春から初夏の野菜で おうちレストラン

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：1,800円
- 定員：一般 32人
- 講師：古川 浩子先生
- メニュー：ホタルイカと筍のもち麦リゾット、新玉ねぎとアスパラガスのスプリングロール、グリーン野菜とキヌアのタブレ風、いろいろペリーのソーダジュレ

5月30日(火)



## 蓬のおやつ作り ~笹団子も作ります!~

- 時間：13:00~15:30
  - 参加費：1,600円
  - 定員：一般 24人
  - 講師：水野 真紀子先生
  - メニュー：笹団子、焼き大福、蓬白玉乗せ水羊羹
- ※**お持ち帰りあり**

▶**申込み期間** **4月1日(土)~4月20日(木)**

▶**申込み方法** 1. 電話 ☎ 025-282-4189

2. メール [shokuikukouza@ikutopia.com](mailto:shokuikukouza@ikutopia.com)

QRコード申込みあり



QRコード

3. 館内ポスト 申込み用紙に記入し、食育・花育センター設置の専用ポスト(正面入口から入って左側)に投函してください。

応募多数の場合は抽選とし、**当選者のみ4月25日(火)~4月28日(金)**までに、案内文を送付いたします。

▶**キャンセル料** **開催日の3日前**から発生します。(休館日を挟む場合は4日前から)

発生した場合は、**全額を2週間以内**にお支払いいただきます。

▶**必要事項**

①講座名、②氏名、③フリガナ ④郵便番号  
⑤住所、⑥電話番号

⑦親子教室は子どもの名前・フリガナ・年齢

※ 親子の講座は保護者1人に子ども1人です。

※ 新型コロナウイルスの感染拡大状況によつては中止となる場合もございます。

※ 写真はイメージ・過去に開催したものです。

〒950-0933 新潟市中央区清五郎401番地

新潟市食育・花育センター

☎ 025-282-4181 休館日：5/9(火)、5/23(火)