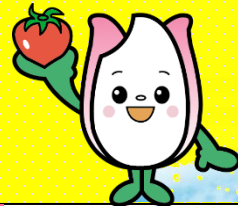


一般

親子・子ども

食育・花育センター

7月 料理教室



7月4日(火)

夏野菜を存分に楽しむ！ 簡単アレンジメニュー

- 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：豚しゃぶ「山形のだし」かけそうめん、味噌つくねのズッキーニポット、醤油香る焼きとうもろこしまフィン



7月9日(日)

魚をさばいて食べよう

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：2,000円
- 定員：小学生の親子 16組
- 講師：新潟魚食普及の会
- メニュー：アジバーグ、ナガモ（海藻）のみそ汁、ごはん



7月13日(木)

夏のバカンス ～南仏プロヴァンス風煮込み～

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：2,000円
- 定員：一般 32人
- 講師：プラスリー・ロランジュ 安孫子 英和先生
- メニュー：越の鶏もも肉のプロヴァンス風煮込み、オリーブ好きなタブナードペースト、香ばしい焼きナスの冷たいスープ



7月21日(金)

野菜のおかず～盛夏～

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：1,500円
- 定員：一般 32人
- 講師：石田 恭子先生
- メニュー：なす、ピーマン、トマト、ゴーヤなどの夏野菜たっぷりのおかず



7月23日(日)

親子で楽しむ 夏野菜ランチ！

- 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：夏野菜のつけキーマカレー、トマトと卵の冷たいスープ、フルーツ・オン・ザ・ブラマンジェ



7月28日(金)

自由研究にもバッチリ！ 「親子で夏ランチ」

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：2,500円
- 定員：小学生の親子 16組
- 講師：新潟スポーツ栄養サポートグループ
- メニュー：とうもろこしご飯、バーベキューチキン、カラフルマリネ、カレースープ、お楽しみパフェ

▶申し込み期間 **6月1日(木)～6月20日(火)**

▶申し込み方法 1. 電話 ☎ 025-282-4189

2. メール shokuikukouza@ikutopia.com

QRコード申込みあり

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。

※アレルギーをお持ちの方はご相談ください

応募多数の場合は抽選とし、**当選者のみ6月25日(日)～28日(水)**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。



QRコード

応募多数の場合は抽選とし、

▶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。

※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：7/11(火)、