

食育・花育センター料理教室

12月

一般

親子・子ども

12月2日(土)

新潟の旬の魚を さばいて食べよう!

- 時間：10:30~14:00
 - 参加費：2,500円
 - 定員：小学生の親子 16組
 - 講師：新潟魚食普及の会
 - メニュー：魚のフライ、魚のムニエル、みそ汁
ごはん
- アレルギー該当食品：小麦粉、卵



12月8日(金)

～農家が教えるみそづくり～ 減農薬のお米と大豆をつかって

- 時間：13:30~15:30
- 参加費：2,800円
- 定員：一般 32人
- 講師：田中 康子先生
- メニュー：新潟のお米と大豆を使って味噌を仕込みます。いろいろな味噌の食べ比べもします。※味噌2kg持ち帰り 容器代込み



12月9日(土)

おやこで食育 電子レンジで簡単スパイスカレー

- 時間：10:30~13:00
 - 参加費：1,500円
 - 定員：5歳~小学生の親子 8組
 - 講師：食育・花育センタースタッフ
 - メニュー：スパイスカレー、食育・花育センターで育てた果物を使用したスムージー
- アレルギー該当食品：鶏肉、乳成分、小麦、大豆



12月10日(日)

親子で作ろう! お正月料理

- 時間：10:30~14:00
 - 参加費：3,000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：黒豆ご飯、のっぺ、鮭の焼き漬け、ひじき入りふんわりつくね、伊達巻、フルーツきんとん
- アレルギー該当食品：ごま、卵、キウイフルーツ、りんご



12月14日(木)

手軽に楽しく おせちを作ろう!

- 時間：10:30~14:00
- 参加費：2,000円
- 定員：一般 32人
- 講師：片桐 佳子先生
- メニュー：田作り、伊達巻き、かき合いなます、ぶりの照り焼き、カニしくれ巻き、のっぺ、母雑煮、りんご寒天



▶申し込み期間 **11月1日(水)～11月20日(月)**

▶申し込み方法 1. 電話 ☎ 025-282-4189

2. メール shokuiukouza@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11月28日(火)**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。

※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 12/5(火)、12/12(火)、12/19(火)、12/31(日)