

子育て中の男性あつまれ♪ パパッと、ごちそうレシピ！



小学生のお子さんと、親子で楽しくクッキング！

簡単にできる“おもてなし風料理”を学んで、お誕生日やクリスマスに親子で楽しく作ってみませんか？

ローストチキン、ちらし寿司、棒ギョーザ、チャプチェ、豚団子トマトチーズココアケーキ、杏仁豆腐、煮物、抹茶白玉、スティックパイ、スープ他♪

9月23日(祝火) 9時30分～12時30分

10月13日(祝月) 9時30分～12時30分

11月3日(祝月) 9時30分～12時30分

12月7日(日) 9時30分～12時30分

田無公民館 地下 実習室 全4回



| | ごちそうレシピ |
|-------------------|---------------------------------|
| 9/23(祝火) 中華風編 | 棒ギョーザ、チャプチェ、中華スープ、杏仁豆腐、ごはん |
| 10/13(祝月) お祝い編 | 豚肉団子のトマトチーズ、サラダ、スープ、ごはん、スティックパイ |
| 11/3(祝月) 和食編 | 吹き寄せちらし寿司、煮物、汁物、抹茶白玉 |
| 12/7(日) 洋食編 | ローストチキン、サラダ、スープ、ごはん、ココアケーキ |

講師 吉田朋子（管理栄養士/キッズキッチンインストラクター）
大場満枝（子ども料理教室主宰）

対象・定員 全4回参加できる市内在住の小学生と男性保護者（父または祖父または叔父等）12組（申込順）

材料費 親子1組6,000円（4回分）
持ち物 親子で各回1合の米、エプロン、三角巾、ふきん2枚、台ふきん1枚、手拭きタオル、水分補給飲料

申込み **9月2日(火)12時15分から**
電話で田無公民館へ(申込順)



田無公民館

南町5-6-11。

田無駅南口徒歩5分

電話 042-461-1170