



ボリューム
満点
元気ごはん

8月7日(土)10:00~13:00
ガッツリ丼で夏も元気に!

menu ロコモコ丼 / 切り干し大根サラダ
講師 上級食育アドバイザー よしみ
参加費 3,000円 定員 6名
対象 小学4年生~6年生
持ち物 エプロン、ハンドタオル、タッパー2つ
申込み締切日 7月31日(土)
申込み開始日 7月15日(木)

「子どもの台所」いただきます「から」うちそうやま Saturday



暑さに
負けない
元気ごはん

8月1日(日)10:00~13:00
市販のルーを使わないハヤシライスと、シャキシャキ
切り干し大根を使って簡単なサラダを作ります。

menu ハヤシライス / 切り干し大根サラダ
講師 上級食育アドバイザー よしみ
参加費 2,800円 定員 6名
対象 年中~小学3年生
持ち物 エプロン、ハンドタオル、タッパー2つ
申込み締切日 7月27日(火)
申込み開始日 7月15日(木)

「子どもの台所」いただきます「から」うちそうやま Sunday



米粉の
ベイクド
チーズケーキ

8月10日(火)、11日(水)10:00~12:00
米粉を使って混ぜて焼くだけの簡単チーズケーキ。焼
き型を変えればバリエーションも様々。初めての方で
も大丈夫。おもたせにもぴったりです。

講師 Piatto Kitchen まえたよしえ
参加費 3,500円
定員 6名 対象 一般
持ち物 エプロン、ハンドタオル、持帰り用袋
申込み締切日 8月3日(火)

わがやのおうちおやつ



保存できる!
しっとり
鶏ハムと塩豚

8月6日(金)10:30~12:30
簡単でアレンジしやすい鶏ハムと塩豚を仕込みます。
お家でアレンジ料理を楽しんでくださいね。

menu 鶏ハム / 塩豚
講師 上級食育アドバイザー よしみ
参加費 3,500円
定員 6名 対象 一般
持ち物 エプロン、ハンドタオル、メモ帳、保存バック(大きめ2つ)
申込み締切日 7月31日(土)

わがやのげんきごはん



親子で
作ろう♪
クッキー缶

8月20日(金)、21日(土)
10:00~13:00
親子で一緒に可愛いクッキー缶を作りましょう!アレ
ルギー(小麦、卵、乳、アーモンド)

講師 石田 優花 対象 5歳~小学生
定員 親子4組 参加費 3,500円
持ち物 エプロン、ハンドタオル、持帰り用袋
申込み締切日 8月11日(水)
申込み開始日 7月27日(火)

夏休み特別企画



クラン
ベリーの
ライ麦パン

①8月19日(木)②22日(日)③25日(水)④27日(金)
10:00~13:00
風味豊かなライ麦生地、クランベリーとチョコを
たっぷり混ぜ込んだハードパンです。

講師 石田 優花 対象 15歳以上
定員 4名 参加費 3,000円
持ち物 エプロン、ハンドタオル、持帰り用袋
申込み締切日 ①8月11日(水)②③④18日(水)
申込み開始日 7月20日(火)

「(ひといち)パン