

H30年度 子育て支援 めぐみっこひろば  
「調理講習会」

栄養たっぷり  
和食メニュー



ご家庭でも簡単にできるお魚メニューも紹介します。

日時

・平成31年1月26日(土)

時間

- ・午前10時～11時30分
- ・(託児受付 9時45分から)

場所

- ・新町文化センター 調理室

講師

- ・めぐみ第二保育園 栄養士

対象

- ・未就学児を持つ保護者
- ・(おじいちゃん、おばあちゃんも是非ご参加ください)

受付

- ・**随時受付**
- ・(電話受付先着順／15名程度)

持ち物

- ・エプロン、三角巾

その他

- ・託児室あり(予約制)
- ・(託児対象児童／0～5歳の未就学児(定員 10名))

メニュー

- ・白身魚のネギみそ焼き
- ・大豆とじゃこの甘辛炒め
- ・ひじきのサラダ  
(ごはん、スープ付き)

**参加費：無料**

【お問い合わせ】  
めぐみ第二保育園

TEL042(368)5582