

講座 ジャンル	男性クッキング	教員名	きぬかわ ちあき 衣川 千秋 (知多市健康づくり食生活改善協議会)
------------	---------	-----	--



知多市健康づくり食生活改善協議会が
当番制で担当します！
カロリーと塩分量に配慮した献立で、
4人程で主菜・副菜・汁物・デザート
を調理します。



初心者から上級者まで
どなたでも
参加できます！
美味しい料理を
自分で作れることは
素晴らしい！

