

男性限定

和洋中

おかずになる 酒のつまみ



今回の目玉は三枚おろし！！
この機会にぜひチャレンジしてみませんか？
料理のコツをつかんで楽しさを学びましょう。
他にもお酒がすすむメニュー盛りだくさん！

開催日時：7/7・8/4・9/1

第1金曜日 全3回
10:00～13:00

場所：さんかくプラザ
(郡山市男女共同参画センター)

講師：フードコーディネーター
古宮 未奈子さん

7月 あじの三枚おろし
～アジフライを手作りタルタルソースで～

8月 豚肉のスタミナ炒め&餃子
～夏野菜を使った肉料理～

9月 皮パリパリのチキンステーキ&簡単パスタ
～明太子を使って一人分でも
すぐ作れるスパゲティ～

※不漁・不作の関係で使用材料が変更になる場合があります。

- 対象：男性
- 定員：24名(先着順)
- 材料費：3,000円(3回分)
- 持ち物：エプロン・三角巾・ふきん
- 申込方法：窓口
(材料費を添えてお申込みください)
- 申込め切：平成29年6月30日(金)
- 受付時間：8:30～17:15
(第3日曜日を除く)

お申込み・お問い合わせ

さんかくプラザ
郡山市男女共同参画センター

(公益財団法人郡山市文化・学び振興公社)
〒963-8876
郡山市麓山二丁目9-1
TEL: 024-924-0900
FAX: 024-924-0904



参加お待ちしております♪

「男性料理講座」申込書

ふりがな				
氏名		年代	TEL	
			代	

※個人情報は受付名簿作成のために使用します。目的以外に使用することはありません。