

ナチュラルフードクッキング

私達の身体は食べ物で作られている！
この時代を逞しく、元気に、生き抜く為の
食べ方生き方のノウハウを18年余り
「食育」に携わってきた
「きらら」の「さあちゃん」が
余すことなく伝授させていただきます！

プラス
ラッキー企画

必聴！

今回、町のステキなイタリアン
“テラスフィールド”の
“山口店長”の実体験！

身体にやさしい食べ方トーク付
ナント1年間で16kgも
シェイプアップした
実法とは！？

6/14 (月)
10:00~14:00

テーマ 免疫UP！

講師：樋口 聡子
山口店長(テラスフィールド)

menu

- 焼きミートボールの甘酢タルタル
- 重ね煮野菜のポテトサラダ & コーンスープ
- 米粉のシフォンケーキ

野菜は全て
オーガニック

オーガニック野菜の
販売あります

場所

プラザおおむら 1階
料理講座室

料金

3,500円(税込)
材料費込

「感染防止策実施」

- ※以下の感染防止策をとって実施致します。
- ・入口に手指消毒剤を配置し消毒の徹底をお願いします。
 - ・次の症状や該当する点があるお客様はお控えください。
 - ・37.5度以上の熱がある方
 - ・過去14日以内に、県外に行かれた方
又は県外の方と接した方

お問い合わせ、お申込みはこちらまで
ナチュラルキッチンcafeきらら

TEL 0957-50-2385

協賛：純和∞オーガニック野菜つむぎの会

定員：18名
※先着順