

ヘルシー ランチ会



カロリー、塩分を抑えた美味しいランチを楽しみながら、
調理のコツや生活習慣病予防のための食事について学びましょう。
生活習慣病や体重、血圧が気になる方、食に興味がある方、どなたでも参加できます。

メニュー

- ・新わかめサラダ
バルサミコドレッシング
- ・阿久津曲がりねぎのロースト
オランダーズソース
- ・鶏モモ肉のパリパリ焼き
フレッシュトマトソース
- ・カリフラワーのポタージュ
- ・十六雑穀米
- ・ヨーグルトのブラマンジェ
紅茶クリームソース

2020/2/8 (土)

11:30~ (受付開始 11:15~)

診療棟 2階 JOYEAT+ KITCHEN

定員 15名 (完全予約)

料金 1500円 (税込み) 昼食・講義付き

電話または申込書を記入の上、1月29日(水)

までに FAX または レストランにご持参ください。

星総合病院診療棟 2階 JOYEAT+ KITCHEN

TEL : 024-983-1568 FAX : 024-983-5557

2月8日ヘルシーランチ会 申込書

ふりがな お名前 (代表者)	
ご連絡先 (電話番号)	
参加人数	
アレルギー有無	有 (食品名) ・ 無

