

～食べてはじめる海の応援～

♪♪～つくる人と食べる人をつなぐ～♪♪

食育 NPO 「おむすび」

お魚がきつと好きになる料理教室

お魚を食べて水産業の復興を応援しよう！

旬の海の幸を使った料理を作ります。「どんなお魚が並んでいるかな……」

売り場探検など、楽しく学び、お魚大好きになろう！

テーマ：冬のめぐみをいただきます

メニュー： ☆ぶりカツ

☆わかめと大根のさらだ

☆しじみ汁

☆とうふのスイーツ



ムッシュと作ろう！

いつ： 2014年2月8日(土) 10:30～14:00

どこ： みやぎ生協幸町店 調理室

※託児はありませんので、幼児の参加はできません

さんかひ： 1組 1500 円(1名追加につき 700 円プラス)

もちもの： エプロン・三角巾・布きん・筆記用具・上靴(子ども用)

募集人数： 幼稚園・小学校の親子 12組 (30名まで)

もうしこみ： ①住所②電話番号③保護者氏名④こども氏名・学年(年齢)

⑤メンバーコードを明記し、ハガキ・FAX・eメール **締切1/29(水)**

984-0822 仙台市若林区かすみ町 1-47

木村和子

※応募者多数の時は抽選
連絡ハガキは1月31日に
発送予定

FAX 022-285-0824

E-mail: tomokoomusubi0222@yahoo.co.jp

問い合わせ 食育 NPO「おむすび」

090 4312 3025(清水智子)



前回は「はらこ飯」「鮭のチーズ焼き」などを作りました

主催： 食育 NPO「おむすび」

共催： (株)「仙台水産 みやぎ生協

後援： MELON (株)鈴力水産