

～食べてはじめる海の応援～

♪♪～つくる人とたべる人をつなぐ～♪♪

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：秋のめぐみのごちそうづくり

メニュー：☆はらこ飯      ☆鮭とポテトのチーズ焼き  
          ☆鮭のあら汁      ☆りんごのコンポート



ムツシュと作ろう！

いつ：2014年10月18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10/8(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10月10日  
に発送予定

FAX 022-285-0824

E-mail: [tomokoomusubi0222@yahoo.co.jp](mailto: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「銀さけのケーキ寿司」「銀さけのカルパッチョ」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