

～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」

お魚がきっと好きになる料理教室

お魚を食べて水産業を応援しよう！

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：親子で楽しむ！旬のお魚クッキング

メニュー：☆ぶり照りご飯 ☆ぶりのカルパッチョ

☆わかめとみかんの酢の物 ☆お吸い物



ムッシュと作ろう！

いつ：2018年2月3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(年令)

⑤メンバーコードを明記し、ハガキ・FAX・eメール 締切1/22(月)

981-0912 仙台市青葉区堤町 2-8-3

三浦勝子

※応募者多数の時は抽選
1月27日(土)までに連絡
ハガキを郵送

E-mail: tomokoomusubi0222@yahoo.co.jp

FAX 0229-24-3436

問い合わせ 食育 NPO「おむすび」 090 4312 3025(清水智子)



前回は「さんまのロコモコ」「オニオンスープ」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：(公財)みやぎ・環境とくらし・ネットワーク

(株)鈴力水産