

～コープさっぽろ 50 周年食を楽しむ企画～

# 2015年9月食育講座

前納制

お土産付

ミツカン協賛



～ほどよいお塩でおいしい!～

## 「ほど塩メニュー作り」

穀物酢・味ぽん・追いかつおつゆを使った美味しく  
て塩分控えめなメニューをつくります。

**9月4日(金) 10:30～12:30**

**定員 10名 受講料 540円**



カリカリ豚と野菜のぽん炒め



豚と大根のさっぱり煮

お問い合わせ・お申し込みは  
きたごう文化教室 875-6151