

# 管理栄養士が教える ヘルシーバランス料理教室

8月

血糖値が  
気になる方の  
バランス料理



いつもの食事から1日の塩分や野菜の適量を知って  
ランチ皿を使ったバランスの良い食生活をめざしましょう！  
管理栄養士が教える美味しくヘルシーな料理教室です。  
8月のテーマは『血糖値』！

夜学び

8月21日(水) 18:30~20:30

参加費 各 2,080円(税込)

講師：和田 徳子

管理栄養士

持参品：エプロン・ふきん・三角巾・筆記用具

お申込み・お問合せ

コープさっぽろ いしかわ文化教室・コープキッチンスタジオ 0138-84-8440

函館市石川町 457-1 石川中央ショッピングタウン内 受付時間/10:00~17:00(月~金)・10:00~13:30(土)・日祝休み

キッチンスタジオスタッフブログ で最新情報チェック！

キッチンスタジオ いしかわ

検索

毎月八コラクにも掲載中！