

# 2023年 12月度 「シニア料理教室」

今年最後のシニア料理教室！

～今回も楽しく学び、和やかに会食～

## “今日のメニュー”

1. メンチカツ
2. パンプキンスープ
3. 人参とごぼうのサラダ
4. 簡単エビピラフ
5. コーヒーゼリー

今日のメニューもとても参考になります！



<次回の開催予定>

2024年 2/14(水) 10:00～13:00

★ 皆さまの参加をお待ちしています！

★ 男性の新規加入者が一名！

2023年 12月13日(水) 10:00～13:00

(熊西市民センター・調理室)

晴れ

★ 講師 : 片岡職員 他2名

★ 参加者: 男性9名、女性3名

総勢: 12名



(資料作成: 熊西まち協 事務局 金子良憲)



まず最初に片岡講師からレシピの説明を受ける



各班毎に担当する料理を決めて、調理開始！



都度、女性の助言をいただきながら何とか完了！

