♪第七回ヘルシーランチ開催♪

**旬の食材を生かした楽しい料理体験**

**☆旬の食材で一緒に美味しい料理を作ってみませんか☆**

**日時　：令和２年7月3日　（金曜日）午前11：30～午後1：00頃まで**

**場所　：テラ陶板浴タケダ休憩室内**

**講師　：佐藤　栄子氏**

**参加費：￥1,100（食材費）前後**

**◎ランチメニュー**

**♪酵素玄米　♪冷やし汁♪ラタトｩーユ　♪じゃが芋炒め物**

**♪たまねぎドレッシングサバ缶サラダ♪きゅうりとみょうがの甘酢漬け**

**♪デザート（当日のお楽しみ）♪ルイボスティー**

****

****

**（生活クラブ山形の食材使用）**

**◎是非、ランチ前後の陶板浴もご利用下さい。**

**陶板浴のご連絡も合わせてお待ちしております。**

**申し込みは陶板浴タケダまでご連絡下さい。**

**☎　023-687-0755**

**次回は令和2年9月を予定しております。**