

Unma! 麻梨絵さんの 一汁一菜シリーズ 9 月編

～心も体軽くなる食事～

Menu

黒米入り雑穀ごはん
海藻たっぷりみそ汁
ファイバー黒酢豚
お豆入りコールスロー

とき 9 月 2 日(土) 10:00～13:00

ところ 水沢ガスショールーム 2F キッチンスタジオ

参加費 1,500 円

定員 10 名(定員になり次第メ切となります)

講師 及川麻梨絵先生(Unma!ウンマー代表)

お問合せ・お申込み…水沢ガスショールーム
☎0197-25-8888(平日 9:00-17:00)

