



料理講習

# 友だち誘って おうちでランチ

とりハム サンドイッチ  
畑の宿がえ (たっぷり夏野菜のスープ煮)  
白玉のフルーツポンチ

鍋帽子®で、  
暑い日の煮込み料理も  
おまかせ！

お気軽に  
ご参加ください！！

9月11日(火) 10:00～13:00

西部文化センター 調理実習室

大宮駅西口より 東武バス「シティハイツ三橋」行き  
「大宮西警察署前」バス停下車すぐ

材料費：600円

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具

問合せ：浦和友の会 桜木もより 遠藤

