



厨房 レックスン

肉も 野菜も 魚も
手軽に調理！

【場 所】雫石町中央公民館・1F調理実習室

【時 間】10:00~13:00(調理、試食、片付け)

【参加料】各回1人 **700円**

【定員対象】各回先着 20人(町内在住又は町内勤務者)

各回ごとに申し込みを受け付けます。受付開始日を下記の表でご確認ください。

●無料託児室をご希望の方は、開催日の1週間前までのお申し込みが必須です。

【申込先・問合せ先】雫石町中央公民館 (電話・019-692-4181)

	開催日	メニュー	受付開始日
①	5月20日(水)	キャベツメンチ 豚肉とおかひじきのかきあげ	4/23~
②	6月17日(水)	千切りキャベツの春巻き 焼きアジと新たまねぎのマリネ	5/28~
③	7月15日(水)	くるくる味噌カツ ほうれん草のクリームスープ	6/25~
④	8月19日(水)	チンジャオロースー ミニキッシュ	7/23~
⑤	9月16日(水)	キーマカレー たたき長芋の味噌和え	8/27~
⑥	10月21日(水)	酢豚 カリカリじゃこベーコンのせサラダ	9/24~
⑦	11月18日(水)	揚げ大根 かぶのとなめこのわさび和え	10/22~
⑧	12月16日(水)	ラザニア 彩り野菜の筑前煮	11/26~
⑨	1月20日(水)	ピリ辛担担麺 バター醤油のコーンスープ	12/24~
⑩	2月17日(水)	鶏肉のトマト煮 焼き味噌はんぺん	1/28~