

第2回 減塩クッキング教室のご案内

～体も心も満足～♪ 減塩でもおいしい料理～

メニュー

ささみと梅の冷やしうどん定食

- ・ささみと梅の冷やしうどん
- ・夏野菜と糸寒天のサラダ
- ・すいかゼリーの白玉添え

582 塩分
kcal g

(変更になる場合がございます)



参加費
無料!!

内容

塩分2g未満のおいしくて満足できる定食を
皆さんで一緒につくってみませんか♪

講師は、兵庫県立大学の澤村弘美先生です。
管理栄養士の視点から減塩のポイントを伝授
していただきます。

平成24年

と き : 7月20日(金) 11:00~13:00頃

と ころ : 兵庫県立大学 調理室
(姫路市新在家本町1丁目1番地22号)

※旧「姫路生活科学センター」のあった場所で

現在は運営団体の変更により名称が変わっています。

※姫路駅より 神姫バス(西高前行き、田寺北口行き、
書写ロープウェイ行き、大池台行き)乗車

「県立大環境人間学部」下車すぐ(乗車時間約10分)

※駐車場は、建物裏手にもございます。

(駐車スペースに限りがございますので、
なるべく公共交通機関でお越し下さい)

持 ち 物 : エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

定 員 : 20名 ※先着順

応 募 受 付 : 平成24年6月25日(月)より
定員になり次第締め切り

お申し込み方法

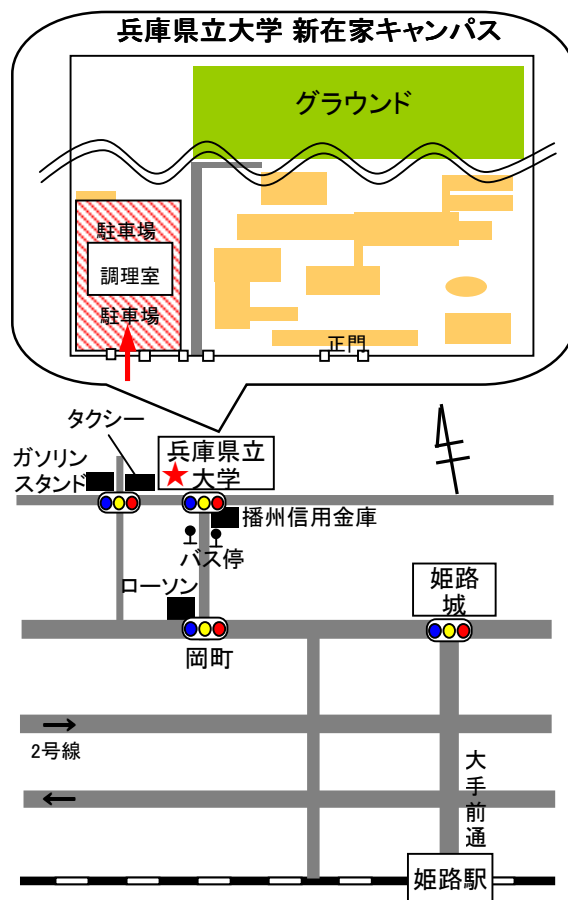
電話、FAX又はメールにてお申し込みください。

メールには下記内容を記載してください。

- お名前(ふりがな)(複数名ご参加の場合、全員)
- ご参加者数
- お電話番号
- ご住所

確認事項

- ・グループで調理していただきます。
- ・キャンセルされる場合はお早めに必ずご連絡ください。
- ・実習に参加されないお子様連れはご遠慮ください。
- ・やむを得ず料理教室を中止する場合があります。



お問い合わせ先

マエカワテイスト株式会社
前川TSH研究所
「減塩クッキング教室」係
担当 香西、鈴木

TEL ☎ 0120-39-4524

FAX ☎ 0120-39-5523

a-suzuki@taste.co.jp

【主催】 日本減塩食学会

【協力】 兵庫県立大学 環境人間学部・NPO法人コムサロン21

【後援】 マエカワテイスト株式会社 前川TSH研究所

120618