

第52回 糖尿病食を 作って食べて学ぶ会

一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 主催
東京都広域食育推進民間活動支援事業

「簡単レンジ調理で秋の食材を美味しく食べよう！」

皆さんは電子レンジを調理に活用していますか？
今回は以前実習で好評だったレンジを使った魚料理を
作ります。電子レンジの使い方もおさらいします。
皆様のご参加をお待ちしています。



献立



- ◆ 十六穀米入りごはん ◆ 鮭の紙包みレンジ蒸し
- ◆ 大根サラダ ◆ 具たくさんみそ汁 ◆ 芋ようかん

1	日 時:2019年 会 場:立川市女	終了しました	0~ 階 調理実習室	定員 25名
2	日 時:2019年 11月29日(金) 10:30~ 会 場:府中市市民活動センタープラッツ 6階 料理室 【前回と開催場所が違いますのでご注意ください!!】			定員 25名

※会場はどちらかをお選び下さい。当日開場 10:20

調理実習は当法人会員の管理栄養士が指導にあたります

・管理栄養士が作成した糖尿病食のメニューを一緒に調理します。

・食事について気軽にご相談いただけるよい機会になります。

※参加費は1,500円（当日会場にてお支払いください。）

◆ 当日はエプロン、三角巾、食器用ふきん 1 枚、筆記用具を
ご持参下さい。

〔お問い合わせ先〕

一般社団法人 臨床糖尿病支援ネットワーク 事務局

〒185-0012 東京都国分寺市本町 2-23-5 ラフィネ込山 802 号室

電 話：042-322-7468 〈平日 10:00~16:00〉 ファックス：042-322-7478

Email：w_tokyo_dm_net@crest.ocn.ne.jp

参加ご希望の方は事
務局までお問合せく
ださい。

事務局電話番号

042(322)7468

〈平日 10:00~16:00〉

締切：先着順で定員に
達し次第締切ります。