

2月8日(木) お料理教室

## テーマ 「バレンタインのお料理」

お料理教室時間通り17時30分開催です。初めに管理栄養士の北川さんから簡単に挨拶をいただき、お料理5品の説明していただきました。途中で北川さんデモンストレーションなどの説明を聞きながら5品お料理を作りました。<参加者7名>



今回、事務局がスタッフとしてお料理中に次の料理の準備をしたり、オープンの準備などをしていたためお料理中の写真が少なめになってしまいました。あまり内容のわかる写真が取れませんでした。申し訳ありません。次回は、しっかり計画をしてたくさんの写真を撮りたいと思います。参加していただきました会員の皆様ありがとうございました。また次回も参加してください。

出来立てです!  
お皿に盛る前に写真をとりました。今回は、1人前のカロリーが600calくらいです。ここにフランスパン2切れ、テーブルロール1個、ソフトフランスパン1個のちょっとしたイタリア風の夕食になりました。参加者の皆さんで後片付けをして20:00に終了。

