



玉野市立中央公民館 特別講座

おいしい フレッシュジュースの つくりかた



バナナ・オレンジ・キウイ・ケール・パイナップルから3種を組み合わせます。牛乳、豆乳、お水から選べますので、アレルギーの方にも安心です。

マルゴデリウノミナトが教える健康にも美容にも嬉しいフレッシュジュースの講座です。

2019年

7月21日 日 10時～12時

- 場 所 / 中央公民館 料理実習室
- 受 講 料 / 1,000円 (受講料 500円 + 材料代 500円)
- 定 員 / 20名 (先着順)
- 持 ち 物 / エプロン、ふきん、(持っている方は)ミキサー
- 対 象 / 子どもから大人まで
- 講 師 / マルゴデリ ウノミナト 岡渕 健治 氏
- 申込方法 / 料金をお持ちのうえ、

中央公民館に直接お申し込みください。

- 申込期間 / 7月18日(木)まで
- 問 合 せ / 中央公民館 TEL31-3711



受 講 名	特別講座「おいしいフレッシュジュースのつくりかた」			受付日
住所		ミキサー	有 ・ 無	
名前		年齢		受付番号
電話番号		性別	男 ・ 女	