


事業・同好会活動実施報告書

開催日・時間	令和7年10月21日（火）10：30～13：30
開催場所	Big front
参加人員	15人
<p>活動状況</p> <p>先生の今月のキャッチフレーズ。</p> <p>食欲の秋です、食べましょう！バランスのとれた食事を！</p> <p>レシピ ①噛みかみハンバーグ</p> <p>②小松菜汁</p> <p>③ひじきのサラダ</p> <p>④チーズ入り月見団子</p> <p>シニアな男性諸兄！いっしょに料理教室で楽しみませんか！</p> <p>是非、一度覗いてみてください。</p> <p>また、別な面白さを感じるかもしれません お待ちしています！</p>	
開催日・時間	令和7年9月30日（火）10：30～13：30
開催場所	Big front
参加人員	16人
<p>活動状況</p> <p>先生の今月のキャッチフレーズ。</p> <p>秋バテにならないように、バランスのとれた食事を！</p> <p>レシピ</p> <p>①鮭の南蛮漬け</p> <p>②肉すい</p> <p>③甘酒とヨーグルトのゼリー</p> <p>④人参しりしり白酢和え</p>	
	
鮭の南蛮漬け	