

小学生のキッズキッチンのご案内～菅原～



料理の材料、用具の使い方、包丁の切り方など、基礎からしっかり学べる小学生の料理教室を開催します。食べて味わうことから、味覚を養い、料理のマナーを身につけます。

場所は菅原生涯学習市民センターです。9月から11月に月1回で3回コースとなります。

主催は食育ステーションまきのです



食育ステーションまきのでは、3歳からのお子さん、小学生、大人まで年代・目的に合わせて料理教室を開催しています。専門の資格を持ったスタッフが、料理の楽しさをていねいに指導します。

日時と参加費	1回目 9月18日(土) 9:00~12:45まで 2回目 10月16日(土) 9:00~12:45まで 3回目 11月20日(土) 9:00~12:45まで 参加費1500円/回(材料費含む)	
日 程	テーマ	献 立
9月18日(土)	チャーハンを作ろう	目玉焼き付きチャーハン、豆腐とわかめのスープ、 唐揚げ、かぼちゃの煮物、りんごケーキ
10月16日(土)	唐揚げを作ろう	ご飯、白菜と揚げの味噌汁、とりの唐揚げ、 かぼちゃの煮物、りんごケーキ
11月20日(土)	ソーセージを作ろう	パン、野菜のクリームシチュー、 手作りソーセージと添え野菜、シフォンケーキ
※日程は変更になる場合があります。また材料などの都合により献立の変更があります。		
場 所	枚方市立菅原生涯学習市民センター 調理室 枚方市長尾元町1-35-1 行き方：JR長尾駅から南に500メートル	
持ち物	エプロン、三角巾、食器用ふきん、ハンドタオル、ビニール袋(食べきれなかったおやつを入れます)、水筒、あれば子ども用の包丁(名前を記入)	
定 員 申し込み方法	定員 小学生24名 申し込み締め切り9月16日(木) ※定員になり次第終了いたします 申し込みは下記まで電話、FAXまたはメールでお願いします 準備の都合がありますので、当日のキャンセルはご遠慮下さい。	
申し込み先	NPO法人ふれあいネットひらかた 食育ステーションまきの 電話&FAX 072-397-2111 e-mail yu715jp@yahoo.co.jp HPアドレス http://www.shokuiiku-station.com/	

※食育ステーションまきでは、月1回日曜日にキッズキッチンを開催しています。こちらにもぜひお越し下さい
場所は枚方市牧野本町2丁目19-2(牧野本町商店街内) 電話072-397-2111

日 程	テーマ	献 立
9月19日(日)10時~1時	大好きな唐揚げ	ご飯、かぼちゃの味噌汁、とりの唐揚げ、 野菜の煮びたし、ラスク
10月17日(日)10時~1時	秋の献立	ご飯、けんちん汁、さんまのかば焼き、 お浸し、りんごケーキ
11月21日(日)10時~1時	旬の魚料理	ホットドック、鮭のクリームシチュー、 グリーンサラダ、シュークリーム
12月12日(日)10時~1時	クリスマス料理	ピラフ、オニオングラタンスープ、スパイスチキン、 スパゲッティサラダ、ノエルケーキ

