



# りんごでつくる おいしいランチ



クリスマスに向けて、ご家族や友だちと一緒にりんごのランチをつくってみませんか？



2024年(令和6年) 12月 14日 (土)  
午前10時～午後1時 (受付：午前9時45分～)



Fプレイス (藤沢公民館・労働会館等複合施設)  
5階 調理室



小学生とその保護者 16人  
〈藤沢西部地区にお住まいの方を優先〉

※1～3年生は、必ず保護者と一緒に参加してください。  
※4～5年生は、子どものみの参加も可能です。



ひとり 1人 500円



エプロン・三角巾、ふきん2枚、筆記用具

## メニュー

- アップルライス
- アップル冷スープ
- ポークとりんごのソテー (サラダ付き)

主な食材 (食物アレルギー等) : りんご、牛乳、卵、マヨネーズ

調理したものを持ち帰ることはできません。



## 講師

藤沢市食生活改善推進団体 四ツ葉会

## 申込 (抽選)

次の①～⑤を記載し、電子メールにてお申し込みください。

- ①氏名
- ②学年(又は保護者)
- ③町内会・自治会名(又は町名)
- ④緊急時の連絡先(電話番号)
- ⑤グループ申込の有無

(友だちとの受講を希望する場合は「有」とし、一緒に受講したい友だちの氏名を記載)

〈申込期限〉12月4日(水) まで

〈申込先〉fujisawaseibu.shakyou@gmail.com ※本協議会講座申込用アドレス

〈抽選結果〉12月6日(金)までに、申込時のメールアドレスへご連絡します。