

---

# 500Kcal の料理教室

日時：平成 27 年 4 月 10 日（金） 10：30～13:00

---

<本日の献立> ☆低カロリーでもコクをだすコツ

①春野菜のパスタ ②アクアパッツア ③フキのサラダ ④簡単チーズケーキ

---

スケジュール：10：30・・・レシピとポイントの説明

11：00・・・調理開始

12：00・・・試食会

12：30～13：00・・・片付け

---

