



# 令和5年度男の料理教室



岩内町杜協の恒例事業のひとつでありました男の料理教室をボランティアグループ「岩内町食生活改善協議会」のご協力のもと、4年振りに開催することになりました。

今年も町内在住の男性を対象に、「男性にも出来る料理の実習」を下記のとおり企画いたしました。定員30名を予定しておりますので興味のある方は今すぐ岩内町杜協までお申し込みをお願い致します！

- 【日時】 令和5年10月18日(水) 午前10時30分より  
【場所】 岩内地方文化センター 2階 調理室  
【献立】 男の酒の肴レシピ(どんな料理を作るかは当日のお楽しみ)  
【参加費】 無料(定員30名)  
【参加方法】 岩内町内在住の男性で参加希望される方は10月12日(木)までに岩内町社会福祉協議会(☎62-3328)に申し込み

## 過去に作ったメニューはこちら



### 【29年度】

・ミートソーススパゲティ・トマトサラダらっきょうドレッシング和え・レタスとベーコンのスープ



### 【30年度】

・とりチリブロッコリー添え・胡瓜の梅肉和え・わかめ入りかき玉汁



### 【元年度】

・鶏胸肉のチキンナゲット風・小松菜とひじきのサラダ・冷やしそうめん汁