

川西さくら会だより 第78号



平成29年2月23日（木）に川西市北陵公民館で料理教室を行いました。

会員10名・スタッフ4名・講師4名、計18名での調理実習となりました。



657kcal でボリューム満点！
美味しくてとても楽しい料理教室でした。

川西さくら会 会員募集中
糖尿病の正しい知識を持ち、会員相互の新睦を深めることを目的に、茶話会や料理教室などを開催しています。
皆様の入会をお待ちしています。詳しくは病院スタッフまで。

- メニュー：肉まん(2個) 444kcal
- 和風酸辣湯 56kcal
- りんごと大根サラダ 93kcal
- 長芋ピザ 64kcal



657kcal 塩分 3.94g

