

健康料理教室メニューのお知らせ



1



2



3



4

テーマは、「腸内環境改善」です！ ※前橋会場及び太田会場ともに同メニューとなります。

- ① ひよこ豆とおくらの春雨スープ
- ② もやしと大豆の中華ナムルサラダ
- ③ 大豆ミートのマーボナス
- ④ お豆腐の餃子
玄米ごはん