

2025年度 山陽カルチャー料理教室

日時:11月12日(水)

テーマ:糖尿病予防は食事と運動
～予防のポイント～

〈献立内容〉

- ・サーモンカツサンド
- ・きんぴらサンド
- ・きのこたっぷりスープ煮
- ・彩りサラダ
- ・果物

