

Gas One

嵐山ガス株式会社

4/16(水)・4/18(金)メニュー紹介

＼ 和・中・洋それぞれの個性が光る、味わい豊かなメニューをご紹介！

健康おうちごはん

in HAPPY STUDIO



繊維たっぷり里芋クロケット。
食物繊維が豊富で、お腹にうれしい一品です。

たっぷり野菜の酸味が効いた酸辣湯。
さっぱりしながらもしっかり満足感があります。



胃に優しいザワークラウトは、
まろやかな酸味で食べやすい



食物繊維や旬の野菜をたっぷり使い、腸内環境を整えながら、身体の中からすっきり元気にしてくれる栄養バランスのよい一皿です。



里芋のクロケット



酸辣湯



ザワークラウト

メニューディレクション & 講座担当

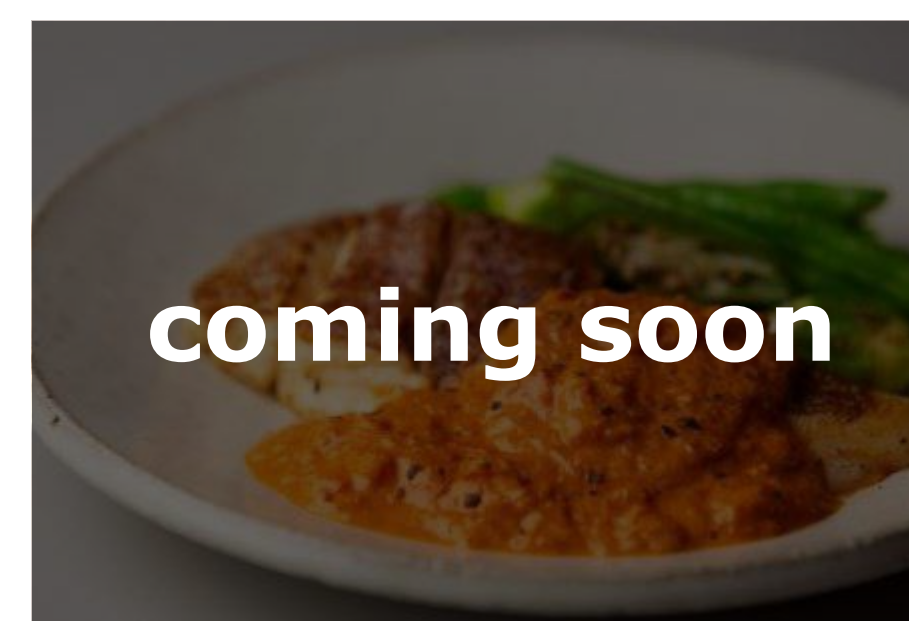
官足法指導士
マクロビオティック料理師範
望診法指導士プロフェッショナル
セルフチェック望診法認定講師

講師：高橋 明子
Akiko Takahashi

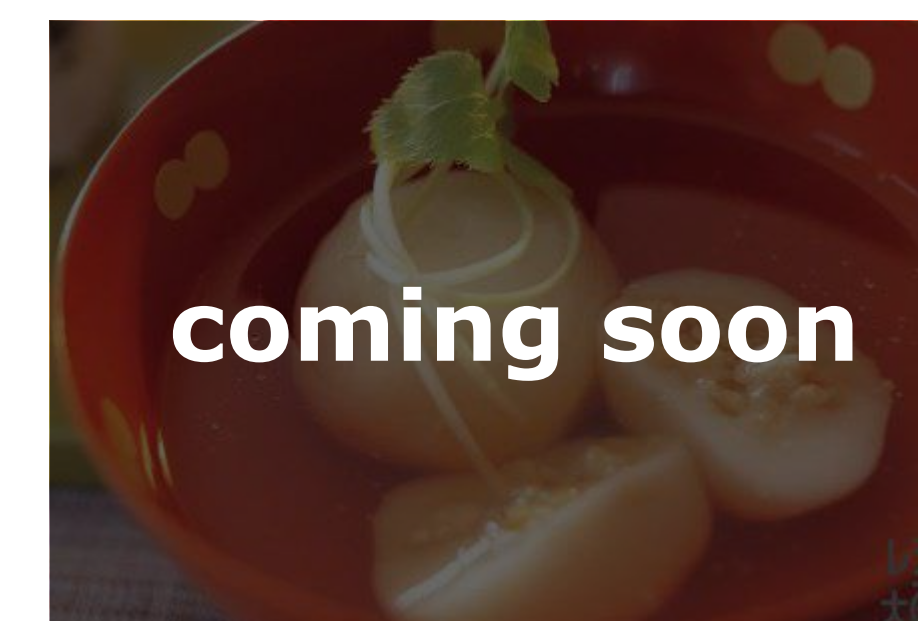


来月のメニュー

やさしい和の味わいで心も体もほっとする、栄養バランスの整った和食メニューをご紹介！



白身魚の根菜みそソース



白玉のお吸い物



切干大根の煮物

お問合せ | ☎ 0493-62-2100 (または0493-62-2070)
嵐山ガス株式会社 〒355-0216 埼玉県比企郡嵐山町むさし台1-3-1

男性のみ
OK

人数制限
あり

他教室も
開催中

次回講義
予約日時

次回講義の予約やお申し込み方法などは当社ホームページの
「料理教室&カルチャー」をご参照ください。

嵐山ガス

検索

2次元コードで
ページへリンク

