

【中学校給食付き 食育セミナー】

朝食の質で脳活動が変わる

糖質だけでは不十分！ 脳を活性化するバランス朝食

- 開催日 3月21日（木）または、3月22日（金）
- 時間 10：00～12：00
9：30～受付開始 10：00～講演 10：50～施設紹介DVD鑑賞 11：10～給食試食、施設見学
- 場所 くにたち食育推進・給食ステーション（泉1-3-6）
- 参加費 1人 ¥298
- 講師 塩塚 宏治氏（東京都栄養士会理事 大妻女子大学大学院非常勤講師）
「くにたち食育推進・給食ステーション」受託会社統括責任者
シダックス大新東ヒューマンサービス（株）



3月21日（木）

コーンライス

かぶとウインナーのクリームシチュー

手作りミートローフ

アスパラサラダ

低温殺菌牛乳

3月22日（金）

ご飯・手作りかつお昆布ふりかけ

豆腐スープ

ホキの甘酢あんかけ

手作り抹茶ケーキ

低温殺菌牛乳

献立



対象：市内在住、在勤、在学の方

定員：各日50名（申込多数の場合、抽選）

申込：①氏名（グループ参加の場合代表者のみ）②住所③連絡先（電話番号またはメールアドレス）

④参加希望日（第一、第二希望）⑤参加人数⑥自動車利用の有無を明記し、2月29日（木）正午までに

申込先：☎042-572-4177 📠042-572-4178 ✉sec_kyushokucenter.city.kunitachi.lg.jp