

2017. 11

食育プログラム

朝食ちゃんと食べてますか？

自然研開催！

レシピ
もらえます！

～野菜たっぷり簡単朝食スープ試食会～

1日のはじまりの朝食に、簡単に作れて野菜たっぷりのスープを食べる習慣にしませんか。切る手間、煮る手間、片づける手間をなるべく省いて簡単においしくできるスープの紹介と試食（飲む！よりは 食べる！）をします。

日時 11月8日（水） 11:30～なくなり次第終了
場所 自然科学本館 B2階 生協横
材料費 1種 50円
定員 当日受付 先着50名

旬の白菜で栄養たっぷり
白菜と鶏肉の中華スープ



とり野菜みそを使った
さつまいもとしめじの豆乳スープ

