



第10回 アレルギーっ子のパパ&ママのための



お料理交流会



テーマ：10周年記念献立 🎵🎶

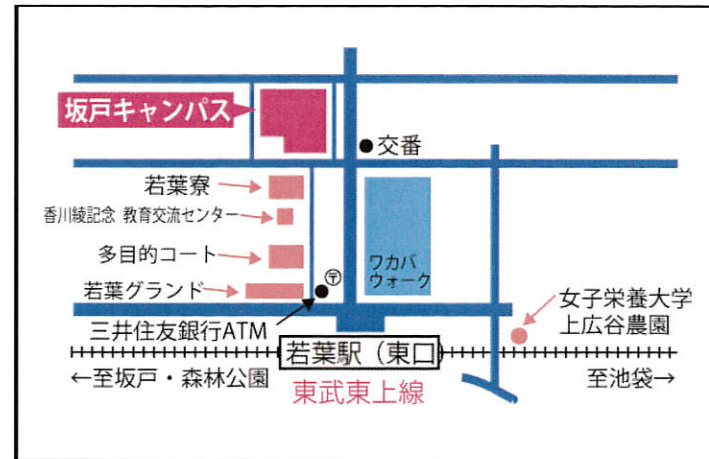
～親子で楽しく作れる！パーティー料理～

献立：★てまりおにぎり ★ミートローフ ★コーンクリームコロッケ

★にんじんスープ ★選べるサラダ ★マドレーヌ ★お土産

日時 2016年8月13日(土) 10:00~14:00 受付開始9:30~

場所 女子栄養大学坂戸キャンパス(2号館1階調理実習室) *駐車場はございません



参加費 大人 1000円 (同伴のお子様がいる場合は人数に関係なく+300円です)

持ち物 □かっぱぼう着(エプロン) □三角巾 □髪留め

□上履き(滑らないものでお子様の分のご用意もお願いします)

服装 清潔な洋服(やけど防止の為、できるだけ長袖や七分袖の袖がひらひらしていないもの)

託児サービス 無料 ※お時間は調理終了までとなります

募集人数 45名(託児のお子様を除く) ※募集人数まで先着順とさせていただきます。キャンセルの場合はお早めにご連絡ください。

申し込み方法 FAX、郵送、メールにて受け付けております。詳細は裏面を参照ください。

7月15日(金) 必着

※参加が可能かどうかは7/22(金)までに全ての方に連絡いたします。

主催：女子栄養大学調理学研究室、みれっと in 西部地区

後援：子どものアレルギーから食と環境を考えるNPO みれっと



全ての申し込みは **7月15日(金) 必着** です!

*募集人数まで先着順とさせていただきます

必要事項

- ①参加者氏名(ふりがな・お子様の年齢・性別)
- ②参加者人数
- ③住所
- ④電話番号(FAX)
- ⑤食べることができないもの(アレルギーのある食べ物)
- ⑥託児サービスの有無
- ⑦アレルギーについて聞きたいことや気になること(些細なことでもお答え致します)

FAXの場合

お手元の紙に必要事項を明記の上、下記の宛先までお送りください。

NPOみれっと 048-642-0608 (FAX専用)

郵送の場合

お手元の紙に必要事項を明記の上、下記の宛先までお送りください。

〒330-0834 さいたま市大宮区天沼町1-302-2

メールの場合

右記のQRコードを読み取り、必要事項を入力の上、メール送信ください。

→読み取れない場合は eiyo.millet.2016@gmail.com

<QRコード>



<記入例>

宛先：eiyo.millet.2016@gmail.com

件名：お料理教室交流会参加申込

①参加者名(ふりがな・お子様の年齢・性別)

：栄大花子(えいだいはなこ)、太郎(たろう・5歳・男)、次郎(じろう・3歳・男)

②参加人数：大人1名、小人2名

③住所：〒350-0214 埼玉県坂戸市~

④TEL：000-000-000

⑤食べられないもの(アレルギーがあるもの)

⑥託児サービス：利用する(2名)

⑦聞きたいことや気になること等がありますか?

※些細な事でもお答え致します!

◎今回使用している食材(※変更になる場合もございます)

<てまりおにぎり>

米、にんじん、コーン、きゅうり、ハム

★酢飯(米酢) ★鮭ご飯(塩鮭) ★わかめごはん(わかめ)

<ミートローフ>

豚挽肉、玉ねぎ、さつまいも、にんじん、いんげん、片栗粉

<コーンクリームコロッケ>

コーン缶、鶏胸肉、玉ねぎ、じゃがいも、米粉、コーンフレーク

<にんじんスープ>

にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、いんげん、ごはん

<選べるサラダ>

レタス(生)、キャベツ(茹)、赤パプリカ(茹)、オクラ(茹)、しめじ(茹)、ひじき(茹)

コーン(粒) ★ドレッシング(①トマト、しそ)(②りんご)(③オレンジジュース)

<マドレーヌ>

米粉、ベーキングパウダー、里手、小松菜、にんじん、ココナッツミルク、果物(未定)

<お土産(カップケーキ)>

米粉、にんじん(又はかぼちゃ)、ベーキングパウダー

<調味料>

てんさい糖、塩、菜種油、パイヨン(アレルギー用)、米酢

※今回使用する食材・調味料にアレルギーがある場合は個別対応が可能です。

ご相談ください。