

# 栄養満点！はじめてのお米パン講座

～キャベツたっぷりマヨコーンパン～

お米の粒から生地を作り、はじめての方でも60分で完成！  
グルテンフリーで体にやさしく  
食物繊維やビタミン豊富なお米パンを作る。



日 時 6月4日(木)

9:30~12:30

場 所 原市集会所 調理室

募集人数 7人(市内在住・在勤・在学の人)

参加費 2100円

持ち物 エプロン・お手拭きタオル・ふきん



往復はがき または [メール](#)にて

① 教室名「お米パン講座」

② 住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤年齢

**5月21日(木)**までに原市集会所へ

**※締切日必着** 応募多数の場合は抽選

原市集会所 〒362-0021 上尾市原市 4169-3

電話 722-2584 メール [t363705@city.ageo.lg.jp](mailto:t363705@city.ageo.lg.jp)

休所日 第1・3・5月曜日 第2・4日曜日祝日

