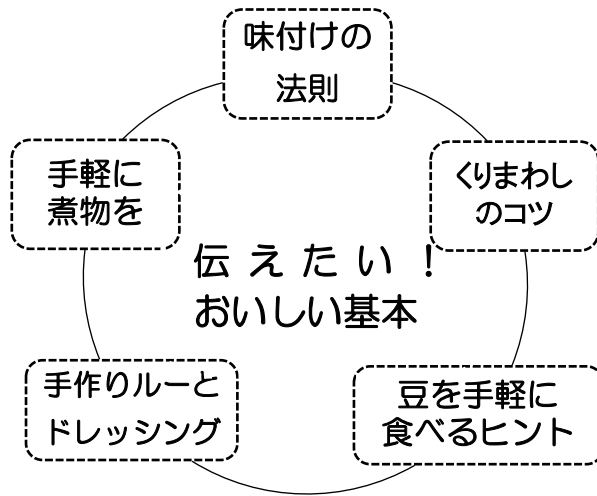




## 基本を身につけて いつもの献立を もっとおいしく！ 手順よく！



### \*3回シリーズ\*

- 5月22日(火) ☆15分で本格的ホワイトソース  
ドリア サラダ スープの献立
- 6月12日(火) ☆体が元気になる青魚の香草焼き、  
キノコのマリネ 献立
- 7月10日(火) ☆ひき肉団子でおいしい煮物と  
くりまわしのヒント

時間 10:00~12:30

~幼稚園のお迎えに間に合うかも！~

- <費用> 受講料(3回) 8000円 (東京第一友の会 会員 7000円)  
\*全3回のシリーズですが出席できない回のある方はご相談下さい
- <定員> 20名 \*定員になり次第締め切りますので早目にお申込み下さい
- <会場> 東京第一友の家 2F 調理実習室 (池袋駅より徒歩7分)
- <持ち物> エプロン 三角巾 手拭きタオル 筆記用具

~ 申し込み・問い合わせ ~ 東京第一友の会講習会係 又は友の家事務室へ  
 〒171-0021 豊島区西池袋 2-20-11 TEL 03-3971-9602 FAX 03-3971-6495  
 (木・土・日・祭日休館 お電話は10時~15時30分をお願いします)

\*電話、FAX、メールで申し込み後5月15日までに費用をお振込み下さい  
 郵便振替 加入者名 東京第一友の会 口座番号 00120-9-612244

\*振込み後のキャンセルや欠席の場合の返金は、いたしかねますのでご了承下さい  
 万一欠席なさる場合は、出来るだけ早くご連絡下さい  
 メールアドレス dai1tomo.kousyukai@gmail.com  
 ホームページ http://ichitomo.sakura.ne.jp/

### 家庭料理講習会 申込書

氏名 \_\_\_\_\_  
 一般  会員 (方面名 \_\_\_\_\_)  
 住所 \_\_\_\_\_  
 TEL \_\_\_\_\_  
 現金で支払い  郵便振替で 日振込予定

### 領収書

\_\_\_\_\_様  
 金 \_\_\_\_\_円 領収しました  
 (家庭料理講習費として)  
 2018年 月 日  
 東京第一友の会