

当院の管理栄養士が考えた おいしいお食事を食べてみませんか？



「お試し食事会」は月 1 回開催しています。毎回、旬の食材をたっぷり使ったヘルシー献立です。妊婦さんとそのご家族でぜひお越しください。

「お試し食事会」今後の日程とメニュー（時間は全て 11：30～13：00）

1 月 27 日（土）

メニュー

胚芽精米
ぶり大根
小松菜のピーナッツ和え
のっぺい汁
フルーツ盛合せ
りんごかん



2 月 17 日（土）

メニュー

発芽玄米
鶏肉のしそ天ぷら
春菊の磯和え
季節の野菜の味噌汁
きんかんのコンポート
フルーツ宝石箱（ゼリー）



3 月 17 日（土）

メニュー

ひし形寿司
新じゃがとたけのこの煮物
菜の花のゴマかけ
春野菜のすまし汁
季節のフルーツ
桜餅



場所 繭のいえ助産院リビング 定員 6 名
入院状況により会場を変更する場合は当日ご案内します。
お子様のお預かりはできませんのでご了承ください。

費用 1,500 円（おみやげ付）
大変申し訳ありませんが、当日キャンセルされた場合は、キャンセル料をいただきます。

問い合わせ 繭のいえ助産院 054-621-5750（締切りは開催週の水曜日 12 時まで）
下記の用紙にご記入の上、繭のいえにお持ちいただくか、電話・FAX・E-mail でお申し込みください。
電話：054-621-5750 FAX：054-626-8535 E-mail：mayunoie@cy.tnc.ne.jp

~~~~~切り取り~~~~~

### 試食会

お名前：なまえ

希望日： 月 日  
予定日：平成 年 月 日

ご住所：〒

連絡先：Tel

食物アレルギーはありますか？ はい ・ いいえ  
はいの方は、どんな食品ですか？

[ ]