

第6回

健康レストランわたなべ

テーマは

発酵食品

～菌活、始めませんか？～

【開催日】2017年3月4日(土)

【場 所】西宮渡辺心臓・血管センター 5階食堂&健康塾

【参加費】1,620円(税込)

【タイムスケジュール】

11:30 受付

11:40 食前のリフレッシュ体操(健康塾 石田トレーナー) こころちゃん

12:00 栄養ミニ講義(武庫川女子大学 鞍田三貴先生)

12:30 食事開始

13:30 終了予定



イメージキャラクター

こころちゃん

●○お品書き○●

【主食】A:米飯 or B:焼き立てパン

【主菜】牛しゃぶの酢味噌掛け、さわらの塩麴竜田揚げ

【副菜】ヨーグルト入りポテトサラダ

【汁物】粕汁

【デザート】クリームチーズケーキ

【ドリンク】A:コーヒー or B:紅茶



完全ご予約制(先着30名様)

➤ ご予約の受付期間

開始:1月30日(月)

締切り:2月24日(金)正午まで

➤ ご予約・お問合せ先

西宮渡辺心臓・血管センター健康塾

TEL:0798-36-1166

▼交通アクセス

