



サニーマート 食育で健康づくり

# あその食育学校☆食育講座

野菜を1日350g摂ろう!!

## 第13回 食育セミナー「クリームチーズで簡単スイーツ」

### 伊藤ハムが語る！美味しい「チーズ」のはなし

～クリームチーズキリを使って、簡単で美味しいスイーツの作り方～

伊藤ハムさんに、チーズの知識や手軽な料理について教えていただきます。

①クリームチーズとは、キリの紹介 ②チーズの種類（食べ比べ）

③キリを使った簡単なレシピ。スイーツから料理まで紹介。デザートを作って試食。

④ワークショップ（ティラミスを作ってお土産に）

ちょっとしたコツやワケを知ること、**ホンモノづくり**を身につけましょう！



※調理の写真はセミナーで提案するクリームチーズのイメージ写真です。



- 日程 **4月21日(土) 午前 10:30~12:00**
- 場所 サニーマートあその店 イートインコーナー
- 定員 12名（先着により）
- 参加対象 大人の方（予約状況によりお子様連れもOKの場合があります）
- 材料費 500円
- お申込み サニーマートあその店フレンドリーカウンターまで  
0120-953-645
- 講師 伊藤ハムウエスト(株) 営業部 豊島博之 氏  
問合せ先： あその食育学校担当 森田・久家副店長