

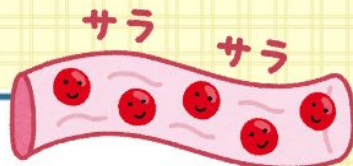
木曜カフェ・リリーベル  
でのイベント

第4弾

# ミニ健康教室 血液サラサラ

第3回  
『血液サラサラ料理に挑戦!』

日にち：平成28年8月25日(木)  
場所：すずらん薬局舟入店1階コミュニティルーム



集合写真



担当に分かれて調理しました。



《今日の献立》



- \*アジのさっぱり蒲焼き
- \*トマトとしいたけの炒めもの
- \*系こんにやくとわかめの梅和え
- \*おからのもちもちゼリー