

# <たのしいランチ>



## ◆日程、講座テーマ <なるほど講座>

2024年 10月 8日(火) 「栄養とミネラル」  
11月12日(火) 「腸内環境」  
12月10日(火) 「豆を食べよう」  
2025年 1月21日(火) 「野菜のパワー」  
2月18日(火) 「タンパク質でGO!」

1回だけのご予約  
も承ります!

## ◆時間

10:30~13:00 (10時開場)

## ◆場所

女子栄養大学栄養クリニック

## ◆内容

10:30~ なるほど講座  
(講師 蒲池桂子)  
12:00~ たのしいランチ  
(料理監修・調理:料理研究家 今泉久美)  
野菜たっぷり、バランスのとれた献立です!  
13:00 解散

完全予約制!!  
お申し込みは  
開催日2週間前まで

## ◆参加費

10,000円(税込)/回  
お申込み確定後、お振込口座をご案内します



23年度メニュー例

## \*オプション

栄養相談 30分 3,000円(税込)  
講座当日のお食事後13時以降でご予約いただけます

## <お問合せ・お申込み>

女子栄養大学 栄養クリニック  
〒170-8481 東京都豊島区駒込3-24-3  
E-mail:[clinic@eiyo.ac.jp](mailto:clinic@eiyo.ac.jp) TEL:03-3918-6181

ホームページは  
こちらから⇒

