

健康ランチバイキングの ご案内

地域の皆様で楽しいひとときを過ごしませんか？
お一人での参加も大歓迎です。どうぞお気軽にお越し下さい。

今回は宅配クック 123 のお弁当メニューを利用したバイキングです。
好きなおかずをお弁当箱に詰めて、自分だけのオリジナル弁当を
作りましょう！

日時

2026年4月21日（火）12:00～14:00

場所

N-city 東自治会館 ハーモニーホール

参加費用

800円（お弁当とデザート代）

*お申込み・お問い合わせは下記までお願いします。

【主催】南大沢認定栄養ケアステーション 担当：野田

TEL：090-1762-2545 / Fax 042-690-8882

E-mail：aytnoda@mbr.nifty.com

【共催】 エヌ・シティサポーターズ



お弁当参考例



みなさまのご参加を心よりお待ちしております。