



## 福寿苑薬膳教室 第3回

本物の薬膳を堪能して  
暑い夏を乗り切りましょう！

<今回のテーマ>

### 夏バテによい薬膳

<開催日時>

2010年7月11日（日曜日） 15：30～17：30

<予定メニュー>

豆豉辣子鸡 / 豆豉と鶏肉の四川風辛味炒め  
黄芪桂皮猪骨汤 / 黄耆肉桂豚骨スープ  
芝麻汁拌豆腐 / 胡麻だれ豆腐  
小豆糯米飯 / 赤飯  
银耳龙眼羹 / 白木耳と竜眼肉のとろみスイーツ  
冰糖山楂茶 / 氷砂糖入りサンザシ茶

<第4回 開催予定>

日時：2010年8月8日（日曜日）

テーマ：ダイエット薬膳

<主催> 広東料理 福寿苑  
<共催> 医療法人社団 明寿会

