SATIM

L'ATELIER CUISINE
Du placard

Ouvrez grand vos placards !

Venez réaliser des menus simples, équilibrés et de saison à partir de produits d'épicerie.

Les notions abordées sont :
l'équilibre des repas
les portions
le choix des produits et leur prix

Les plats cuisinés sont à emporter.
Prévoir sac isotherme, pains de glace et 3 boites hermétiques.

Animé par une diététicienne,
les mercredis ou vendredis
de 15h30 à 17h,
2 fois/mois.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS À L'ACCUEIL

02 43 28 77 88

58 Avenue Du Général De Gaulle
72000 LE MANS

L'ATELIER CUISINE

Du placard

- [ ] Mercredi 17 septembre de 15h30 à 17h
- [ ] Vendredi 26 septembre de 15h30 à 17h
- [ ] Mercredi 15 octobre de 15h30 à 17h
- [ ] Vendredi 31 octobre de 15h30 à 17h
- [ ] Mercredi 12 novembre de 15h30 à 17h
- [ ] Vendredi 28 novembre de 15h30 à 17h
- [ ] Mercredi 10 décembre de 15h30 à 17h
- [ ] Vendredi 19 décembre de 15h30 à 17h