

# 養生高纖 輕食設計



請搜尋  
台北市教師在職研習網

北市研習字

第1150521009號

全國教師在職進修資訊網

課程代碼：5616520

時間：115年6月5日（星期五）

13:00—16:00

地點：臺北市金甌女中B201家政教室

## 養生高纖輕食班

針對一些上班族、老師、長期外食族群，高油高糖營養攝取上不勻，透過這堂課，教導大家如何輕鬆吃，讓身體輕鬆無負擔。



萃99' Caffee 新農旗艦店主廚 游育誠講師  
和選旅西點房主廚

大倉久和烘焙主廚

萬能科技大學餐飲系專任講師

湛瀘咖啡烘焙點心部研發主廚

咕咕本屋烘焙坊行政主廚



12:30-13:00 報到

13:10-13:30 多元跨領域適性入學宣導活動

13:30-16:00 養生高纖輕食班

16:00 賦歸



主辦單位：輔導室

聯絡方式：23214765#311 李至璋組長