

NUTRITION & MÉRIDIENS

3 repas? = 1 jour

L'objectif de ce cours est d'évaluer ses besoins nutritionnels puis de les transposer en cuisine.

La première partie développe les aspects théoriques de nos besoins et la seconde offre une immersion pratique en cuisine. L'atelier se termine par un repas échange et des astuces à ramener chez soi!

CHF 120.- repas compris



Lieu:

La Folie des Saveurs | Atelier de cuisine
Route du Platy 15
1752 Villars-sur-Glâne

Durée: **4h**

18h - 22h ou **10h - 14h** | jour à définir

Plus d'infos..... **026 400 06 24**
ou **079 685 11 36**

www.nutrition-et-meridiens.ch | www.lafoliedes-saveurs.ch