

# Thématiques au choix

- Soupes & Potages
- Les Fruits & Légumes crus et cuits
- Cuisinez les viandes
- Cuisinez les poissons
- Cuisinez les céréales
  
- Les crêpes et galettes
- Sorbets et Glaces
- Smoothies & jus
- Pâtisserie saine et gourmande
  
- Cuisinez les restes
- Préparez votre lunch box
- Cuisinez pour vos enfants
- Cuisinez pour vos aînés

D'autres thématiques selon vos envies....

Repartez avec vos plats, les recettes  
& les conseils Nutrition Santé



Ateliers cuisine

A votre service

des professionnels de l'Alimentation Santé  
de la Diététique, de la cuisine et de la Formation

## Réservation

- par mail : [contact@equytables.com](mailto:contact@equytables.com)
  
- En solo, duo ou famille
  
- 65€ la séance 1h/pers