

HEALTHY COOKING CLASSES



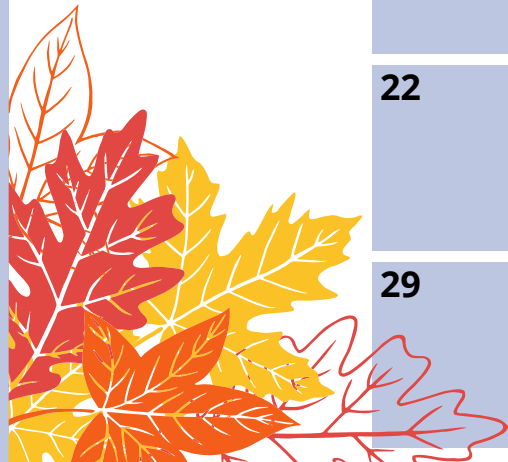
November 2021

Join us at the SBH Teaching Kitchen to learn how to make delicious, flavorful, and affordable food that just so happens to be good for you, too!

★ To sign up for classes, call or visit sbhteachingkitchen.org ★



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
1	2	3 3:30 - 5:30pm Class 2 <i>Breakfast</i>	4 11am - 1pm Class 4 <i>International Cuisine</i>	5
8	9 5 - 7pm Class 6 <i>Healthy Desserts</i>	10 3:30 - 5:30pm Class 3 <i>Lunch</i>	11	12
15	16 5 - 7pm <i>Thanksgiving Class</i>	17 3:30 - 5:30pm <i>Thanksgiving Class</i>	18 11am - 1pm <i>Thanksgiving Class</i>	19
22	23 5 - 7pm <i>Thanksgiving Class</i>	24	25 Happy Thanksgiving!	26
29	30 5 - 7pm Class 5 <i>Vegetarian and Plant-Forward</i>	1 December 3:30 - 5:30pm Class 5 <i>Vegetarian and Plant-Forward</i>	2	3



SBH Health and Wellness Center, 2nd floor
4507 Third Ave, Bronx NY 10457

Contact Us
718-960-3843
sbhteachingkitchen@sbhny.org

CLASES DE COCINA SALUDABLE



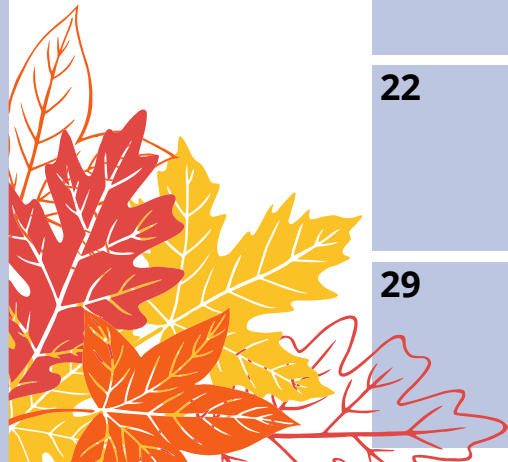
Noviembre 2021

¡Únase a nosotros en SBH Teaching Kitchen para aprender a preparar comida deliciosa, sabrosa y asequible que resulta que también es buena para usted!

★ Para inscribirse en las clases, llame o visite sbhteachingkitchen.org ★



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	2	3 3:30 - 5:30pm Clase 2 <i>Desayuno</i>	4 11am - 1pm Clase 4 <i>Cocina Internacional</i>	5
8	9 5 - 7pm Clase 6 <i>Postres</i>	10 3:30 - 5:30pm Clase 3 <i>Almuerzo</i>	11	12
15	16 5 - 7pm <i>Clase de Acción de Gracias</i>	17 3:30 - 5:30pm <i>Clase de Acción de Gracias</i>	18 11am - 1pm <i>Clase de Acción de Gracias</i>	19
22	23 5 - 7pm <i>Clase de Acción de Gracias</i>	24	25 ¡Feliz día de acción de gracias!	26
29	30 5 - 7pm Clase 5 <i>Vegetariana y a Base de Planta</i>	1 Diciembre 3:30 - 5:30pm Clase 5 <i>Vegetariana y a Base de Planta</i>	2	3



SBH Health and Wellness Center, segundo piso
4507 Third Ave, Bronx NY 10457

Contacta con nosotros
718-960-3843
sbhteachingkitchen@sbhny.org