

東邦ガスッキングサロン栄 <2月>回数チケット講座スケジュール

メニューは裏面をご覧ください。

※日程・メニューは予告なく変更になる場合がございます。

第1週	朝 10:30～12:30 (★は10:30～13:00)			2月1日(水)	料理③ Happinessパン★	幸せごはん	料理⑧
	昼 14:00～16:00 (★は14:00～16:30)						午後カフェ
	夜 19:00～21:00 (★は18:30～21:00)				料理③ 幸せごはん		
第2週	朝 10:30～12:30 (★は10:30～13:00)	料理⑧		2月8日(水)	おいしいかんたん	パン②★	料理④ おいしいかんたん
	昼 14:00～16:00 (★は14:00～16:30)				巻いて包んで		Happinessパン★
	夜 19:00～21:00 (★は18:30～21:00)	料理⑧ 1人で作ろう				料理⑥	
第3週	朝 10:30～12:30 (★は10:30～13:00)	料理④	料理⑤	2月15日(水)		カジュアル和食	料理⑦
	昼 14:00～16:00 (★は14:00～16:30)		パン④★				
	夜 19:00～21:00 (★は18:30～21:00)					料理⑦	
第4週	朝 10:30～12:30 (★は10:30～13:00)		料理① 1人で作ろう	2月22日(水)	料理②		料理② 精進スタイル カジュアル和食
	昼 14:00～16:00 (★は14:00～16:30)				パン③★		
	夜 19:00～21:00 (★は18:30～21:00)	料理⑤	料理①				
第5週	朝 10:30～12:30 (★は10:30～13:00)	パン①★ 巻いて包んで					
	昼 14:00～16:00 (★は14:00～16:30)						
	夜 19:00～21:00 (★は18:30～21:00)						

2月回数チケット講座メニュー表

※予告なく変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

講座名	番号(回目)	メニュー
はじめての料理 (略称:料理)	①	ハンバーグ・ポテトサラダ
	②	チャーハン・中華風春雨サラダ
	③	親子丼・ごぼうとにんじんのきんぴら
	④	しょうが焼き・青菜と厚揚げの煮びたし・豆腐とわかめの味噌汁
	⑤	餃子・いかとセロリの和えもの・春雨スープ
	⑥	鶏肉の照り焼き・だし巻き卵・きゅうりの酢の物
	⑦	魚の香草フライ・きのこのマリネ・野菜のポタージュ
	⑧	ちらし寿司・茶碗蒸し(2月限定メニュー)

はじめてのパン (略称:パン)	①	ベーグル
	②	ノアレザン
	③	山形食パン
	④	クロワッサン

★講師オリジナル講座

講座名	メニュー
1.うちの午後カフェ (略称:午後カフェ) 内山 先生	・テリーヌショコラ ・果実ゼリー
3.お腹も心も満たされるインスタ映え料理!! 幸せごはん (略称:幸せごはん) こいけ 先生	★可愛く愛情たっぷりバレンタインメニューでインスタ映え!!★ つかみはOK! 可愛い♡ピンチョス・ハッシュドビーフ・くり抜きサンドウィッチ
3.季節を食べるカジュアル和食講座 (略称:カジュアル和食) こいけ 先生	★旬野菜を食べるほかほかメニュー・とろみをマスターしましょう★ ・豚肉と白菜のミルフィーユ蒸し ・おろしれんこんのすいとん汁 ・揚げ出し豆腐のきのこあんかけ
6.おいしい♪かんたんレシピ (略称:おいしいかんたん) 大塚 先生	・ケーキ寿司 ・ちくわのチーズ磯辺揚げ ・春菊の白和え
7.Happiness Hiroのパン工房 (略称:Happiness/パン) 大塚 先生	・パン・オ・ショコラ ・生チョコロール
8.精進スタイルごはん (略称:精進スタイル) イムラ 先生	【寒さが続いて疲れた体にやさしい味付けです♪】 ・里芋とごぼうのつくねあんかけ ・かぶらの五色なます ・塩豆腐ののり巻き
9.カルルキュッキュ♪巻いて包んでクッキング (略称:巻いて包んで) 上野 先生	キンパククルル♪ ・スンドゥブチゲ ・具だくさんキンパ ・ガトーショコラ ナンシー風
10.はじめから完成まで1人で作ろう! (略称:1人で作ろう) インストラクター	麻婆豆腐・もやしときゅうりのさっぱりナムル