

1月の各講座予定表

		10 30	14 00	15 00	19 00	19 30
9	水	日	覚		日	毎
10	木	日	覚			日
11	金				日	毎
12	土	日	毎	日	毎	覚
13	日	日	毎	日	毎	毎
16	水	日	覚		日	毎
17	木	日	覚			日
18	金				日	毎
19	土	日	毎	日	毎	覚
20	日	日	毎	日	毎	覚

		10 30	14 00	15 00	19 00	19 30
23	水	カ	家		カ	チ
24	木	カ	家			カ
25	金				カ	チ
26	土	カ	チ	カ	チ	家
27	日	カ	チ	カ	チ	家
30	水	カ	家		カ	チ
31	木	カ	家			カ
1	金				カ	チ
2	土	カ	チ	カ	チ	家
3	日	カ	チ	カ	チ	家

2月の各講座予定表

		10 30	14 00	15 00	19 00	19 30
6	水	日	覚		日	毎
7	木	日	覚			日
8	金				日	毎
9	土	日	毎	日	毎	覚
10	日	日	毎	日	毎	毎
13	水	日	覚		日	毎
14	木	日	覚			日
15	金				日	毎
16	土	日	毎	日	毎	覚
17	日	日	毎	日	毎	覚

		10 30	14 00	15 00	19 00	19 30
20	水	カ	家		カ	チ
21	木	カ	家			カ
22	金				カ	チ
23	土	カ	チ	カ	チ	家
24	日	カ	チ	カ	チ	家
27	水	カ	家		カ	チ
28	木	カ	家			カ
1	金				カ	チ
2	土	カ	チ	カ	チ	家
3	日	カ	チ	カ	チ	家

1月9日～20日まで

日本の和食	毎日の家庭料理	覚えておきたい料理
<p><塩麹 和食編> ダシと塩麹で炊く和風パエリア カレイの塩麹煮付け 生里芋と車麩の塩麹煮物 塩麹入り卵豆腐から作るお吸い物 行田市ゼリーフライ 塩麹入り (おからクロック) 沖縄県 ちんすこう</p>	<p>鯿フライ・おろしワサビソース 鯿の骨で味噌汁 サツマイモのポテトサラダ キノコのコーンご飯 簡単アップルパイ 食材の保存・取り扱いの説明</p>	<p>豚肉の生姜焼き 出し巻き卵 干し海老の野菜炒め 小松菜の煮浸し わかめ卵スープ 食材の保存・取り扱いの説明</p>

2月6日～17日まで

日本の和食	毎日の家庭料理	覚えておきたい料理
<p>彩りそばろごはん いわし団子の磯辺焼き 大豆とゴボウの甘辛揚げ 焼き長芋のわさび和え 黒蜜きなこもち</p>	<p>レンコンの狭み揚げ ホタテとキノコのホイル蒸し レモンバター風味 胡瓜とお麩の胡麻酢和え けんちん汁 食材の保存・取り扱いの説明</p>	<p>いなり寿司 手まり寿司 焼き茄子 鯛のお吸い物 白玉のデザート 食材の保存・取り扱いの説明</p>

1月23日～2月3日まで

カフェパスタ	チャイニーズ	家庭料理
<p>トマトソースパスタにアボカド 手作りパニーノ カレーパニーニ 温野菜の手作りタルタルソース 個人で辛味つけ スンドゥブ ポルボロ - ネ セイロン Tea</p>	<p>中華おこわ 黒酢の油淋鶏 豚肉とイカゲソの甘辛煮込み インゲンの干し海老醤油炒め さつまいものココナッツぶりん</p>	<p><簡単な基本家庭料理です> 鶏肉と里芋の煮物 ひじきの炒め煮 あんかけ茶碗蒸し キノコの明太炒め 出汁から作る! 味噌汁</p>

2月20日～3月3日まで

カフェパスタ	チャイニーズ	家庭料理
<p>カルツォーネ チキンの袖胡椒クリームパスタ パンプキンコロッケ さっぱりシーフードマリネ ダージリンプリン ベリーシェイク</p>	<p>手作り生地のスープ入り饅頭 鶏肉の辛味炒め 四川風 アスパラの蟹あんかけ 中華じゃない、麻婆春雨 麻花兒 (生地を揚げた中華菓子)</p>	<p><雑穀でヘルシーCooking> 雑穀米のチヂミ風 黒米とレンコンのミンチ そばの実つぶつぶサラダ 根菜と押し麦のトマトスープ 粟餅パフェ</p>

