

1月の各講座予定表

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

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

2月の各講座予定表

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

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

1月 8日 ~ 19日まで

日本の和食	毎日の家庭料理	覚えておきたい料理
お腹に優しい 手作りがんもどき 鰹だしのとろとろ生姜うどん 百合根の茶碗蒸し 手作りがんもどきとお麩の煮物 蒸し鶏と三つ葉のポン酢和え 昔ながらのカスタードプリン	肉巻きアスパラチーズフライ 里芋の鶏そぼろピリ辛あんかけ 切り干し大根の中華ドレッシング 具たくさん味噌汁 食材の保存・取り扱いの説明	レンコンの挟み揚げ 揚げ茄子の銀あん 大根サラダ 煮干しダシから作る味噌汁 栗きんとん

2月 5日 ~ 16日まで

日本の和食	毎日の家庭料理	覚えておきたい料理
鮭と長芋の柚子南蛮 大豆と根菜の ごつごつつくね照り焼き 海老とキノコの無蒸し ほうとう風かぼちゃの芋汁 懐かしのチーズドッグ	スパゲッティーナポリタン 圧力鍋でビーフシチュー 海老マカロニグラタン 野菜の柚子コショードィップ 食材の保存・取り扱いの説明	シーフードとカボチャのドリア パプリカの肉詰め煮込み サラダ・Gソース+半熟卵 コーンポタージュスープ なめらかプリン

1月 22日 ~ 2月 2日まで

2008年1月 食べ過ぎていいんです!

カフェパスタ	チャイニーズ	家庭料理
チリピーズのチーズパスタ 焦がし醤油のクリームフォンデュ ほうれん草とチーズの カレーグラタン レンコンのとろとろ梅ポタージュ そば粉のマフィン 黒糖ほうじ茶ラテ	焼きたてぶつ切り チャーシューチャーハン 海老とアスパラの塩味炒め 根菜と豚肉の四川風炒め 青菜と枝豆の和え物 ココナッツ団子・ぜんざい 手作りチャーシュー	<あの頃を思い出す> 小ぶりなチーズ豚カツレツ 魚介のスパイシークリーム焼き なんでも巻き寿司 控えめなフレンチトースト レンゲ一杯のクリーミーブディング

2月 19日 ~ 3月 2日まで

カフェパスタ	チャイニーズ	家庭料理
和風タラコパスタ 鶏肉のカツレツ マスタード風味のデミソース CUPコーンスープ アスパラとトマトのクルトンサラダ チョコレートケーキ ほろ苦いコーヒー	蟹あんかけ焼きそば レンコン餅の甘酢あん 揚げ豆腐のピリ辛煮込み 茹で豚と野菜の ニンニク醤油タレ 黒糖とレーズンのマーラーカオ	< JAPANなおもてなし > 豚ごぼう飯 秋刀魚に柚子味噌香る 茄子の湯葉あんかけ ピーナツ豆腐 WAGASHI ~ 花吹雪 ~

