


9月の予定表

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

		10:30	14:00	15:00	19:00	19:30
19	水	テ			テ	
20	木	テ				テ
21	金				テ	
22	土	テ		テ		
23	日	テ	テ			
26	水	覚			覚	
27	木	覚				覚
28	金				覚	
29	土	覚		覚		
30	日	覚	覚			

プレミアムレッスン

各自でさばく！ お魚講座



鰻の姿造り！
 鰻ちらし寿司
 鰻とキノコのオイスターソース炒め
 鰻のノルウェー風
 リンゴのコンポート
 ～アイス添えて～

受講される場合は別途で料金をお支払い下さい。

毎日の家庭料理

卵とチーズのチリソース
 牛肉とニンニクの芽ピリ辛炒め
 アボカドと豆腐のサラダ
 ゴマ団子
 食材の保存・取り扱いの説明

お弁当持ってGO！～ROLL'S～

焼き肉海苔巻きROLL
 ピリ辛ROLL
 カラフル野菜ROLL
 エッグROLL
 アップルROLLパイ

覚えておきたい料理

里芋と鶏肉の煮物
 インゲンのゴマ和え
 ジャコとアボカドの豆腐サラダ
 揚げ玉たぬきご飯
 出しから作る、玉子の味噌汁


10月の予定表

		10:30	14:00	15:00	19:00	19:30
3	水					
4	木	魚				魚
5	金				魚	
6	土	魚		魚		
7	日	魚	魚			
10	水	毎			毎	
11	木	毎				毎
12	金				毎	
13	土	毎		毎		
14	日	毎	毎			

		10:30	14:00	15:00	19:00	19:30
17	水	テ			テ	
18	木	テ				テ
19	金				テ	
20	土	テ		テ		
21	日	テ	テ			
24	水	覚			覚	
25	木	覚				覚
26	金				覚	
27	土	覚		覚		
28	日	覚	覚			

プレミアムレッスン

各自でさばく！ お魚講座



鯖のスパイシーぎゅうぎゅう焼き
 鯖のエッグライス
 鯖サモサ
 鯖辣湯
 パイナップル☆ラッシー

受講される場合は別途で料金をお支払い下さい。

毎日の家庭料理

韓国春雨で作るチャブチェ
 麻婆豆腐
 蒸し茄子のゴマだれ
 蕪のポタージュスープ
 食材の保存・取り扱いの説明

ハロウィン Party

きんちゃく寿司
 鶏とカボチャのペペロンチーノ
 きのごりルサラダ
 パンプキンポタージュ
 かぼちゃお面のパンプキンパイ

覚えておきたい料理

五目炊き込みご飯
 南瓜のそぼろあんかけ
 切り干し大根の煮物
 煮干しから作るナメコの味噌汁
 どら焼き



メニュー



空き状況



予約登録