

	月		火		水		木		金		土		日	
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
	1日													
午前													チーズ	野菜
午後														
夕方・夜														
	2日③月※月分		3日		4日		5日		6日		7日		8日	
午前			作り		基本男	洋中男	魚春		お休み		基本	家庭	基本	洋中
午後											入門	バランス		
夕方・夜														
	9日		10日		11日		12日		13日		14日		15日	
午前	伊タ	バランス	入門	お肉	チーズ	和菓	作り		お休み		入門	味	お肉	作り
午後											魚春		入門	和菓
夕方・夜												チーズ		
	16日		17日		18日		19日		20日		21日		22日	
午前	お休み		基本	味	家庭	菓子	野菜	粉	魚春	パン	バランス	基本	家庭	味
午後													基本	パン
夕方・夜					洋中	入門								
	23日		24日		25日		26日		27日		28日		29日②日※8月分	
午前	お休み		洋中	チーズ	作り	入門男	バランス	基本	お休み		洋中	入門	基本	洋中
午後											作り	菓子		
夕方・夜			基本	入門										
	30日		31日②火※8月分											
午前	ショップ営業時間: 10:00～16:00		入門	お肉										
午後														
夕方・夜														

<凡例>
 入門＝お料理入門コース
 基本＝和食基本技術の会
 味＝かあさんの味
 洋中＝洋食・中華おかずの基本
 家庭＝家庭料理の会
 チーズ＝世界のチーズ料理
 バランス＝からだを整えるバランスごはん
 作り＝うれしい作りおき料理

野菜＝野菜をおいしく食べる会
 魚春＝お魚基本技術の会
 お肉＝お肉料理の会
 粉＝粉から作るブランチ
 菓子＝お菓子の会
 和菓＝和菓子の会
 パン＝手作りパンの会
 伊タ＝イタリア料理の会アルペレータ

入門男＝お料理入門コース男性クラス
 基本男＝和食基本技術の会男性クラス
 洋中男＝洋食・中華おかずの基本男性クラス

<料理教室の実習時間>
 午前＝10:00-12:15
 (ブランチ10:00-12:00)
 午後＝13:30-15:45
 夜＝18:30-20:45
 ※平日のみ
 土曜夕方＝17:00-19:15

<ショップ営業時間>
 【平日】
 午前教室のみの日＝9:30-16:00
 午前・午後教室のみの日＝9:30-16:00
 午前～夜まで教室がある日＝9:30-18:30
 【土・日】
 午前教室のみの日＝9:30-12:30
 午前・午後に教室がある日＝9:30-16:00

	月		火		水		木		金		土		日							
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B						
					1日		2日		3日		4日		5日							
午前					基本男	洋中男	魚春		お休み		基本	家庭	チーズ	野菜						
午後										入門	バランス									
夕方・夜																				
	6日②月※8月分		7日		8日		9日		10日		11日		12日							
午前	伊タ	バランス	作り		チーズ	和菓	作り		お休み		入門	味	お休み							
午後										魚春										
夕方・夜											チーズ									
	13日		14日		15日		16日		17日		18日		19日							
午前	お休み		お休み		お休み		お休み		魚春	パン	バランス	基本	お肉	作り						
午後																			入門	和菓
夕方・夜																				
	20日		21日		22日		23日		24日		25日		26日							
午前	お休み		基本	味	作り	入門男	バランス	基本	お休み		洋中	入門	家庭	味						
午後												作り	菓子	基本	パン					
夕方・夜																				
	27日		28日		29日③水※8月分		30日③木※8月分		31日											
午前	お休み		洋中	チーズ	家庭	菓子	野菜	粉	ショップ営業時間: 10:00~16:00											
午後																				
夕方・夜					基本	入門	洋中	入門												

<p><凡例> 入門=お料理入門コース 基本=和食基本技術の会 味=かあさんの味 洋中=洋食・中華おかずの基本 家庭=家庭料理の会 チーズ=世界のチーズ料理 バランス=からだを整えるバランスごはん 作り=うれしい作りおき料理</p>	<p>野菜=野菜をおいしく食べる会 魚春=お魚基本技術の会 お肉=お肉料理の会 粉=粉から作るランチ 菓子=お菓子の会 和菓=和菓子の会 パン=手作りパンの会</p>	<p>伊タ=イタリア料理の会アルペラータ</p>	<p>入門男=お料理入門コース男性クラス 基本男=和食基本技術の会男性クラス 洋中男=洋食・中華おかずの基本男性クラス</p>	<p><料理教室の実習時間> 午前=10:00-12:15 (ランチ10:00-12:00) 午後=13:30-15:45 夜=18:30-20:45 ※平日のみ 土曜夕方=17:00-19:15</p>	<p><ショップ営業時間> 【平日】 午前教室のみの日=9:30-16:00 午前・午後教室のみの日=9:30-16:00 午前～夜まで教室がある日=9:30-18:30 【土・日】 午前教室のみの日=9:30-12:30 午前・午後に教室がある日=9:30-16:00</p>
--	---	--------------------------	---	---	--