

<池袋教室>2018年1月カレンダー 問い合わせ:ベターホーム協会本部事務局 03-3407-0471(月~金 9:30-17:30/土 9:30-16:30) *印は日程を変更しております。

	月			火			水			木			金			土			日				
教室	1/1(祝)			1/2*			1/3*			1/4*			1/5(第1金曜)			1/6(第1土曜)			1/7(第1日曜)				
	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C		
午前	お休み			お休み			お休み			お休み			ショップ営業時間: 10:00~16:00			入門	500kcal	基本	作りおき	家庭	基本		
午後																入門	洋中	パン	野菜	入門	基本		
夜																							
教室	1/8(祝)			1/9(第2火曜)			1/10(第2水曜)			1/11(第2木曜)			1/12(第2金曜)			1/13(第2土曜)			1/14(第2日曜)				
午前	お休み			ランチ	お肉	菓膳		入門男	基本男	入門	お魚	基本	ランチ	作りおき	基本	洋中	お魚	家庭	洋中	入門男	かあさん		
午後																		基本	入門	週末	作りおき	基本	パン
夜							作りおき	洋中		かあさん	週末		入門	家庭									
教室	1/15(第3月曜)			1/16(第3火曜)			1/17(第3水曜)			1/18(第3木曜)			1/19(第3金曜)			1/20(第3土曜)			1/21(第3日曜)				
午前		入門男	洋中男	野菜	基本	パン	作りおき	かあさん	パン	和菓子	洋中	家庭		500kcal	入門	作りおき	家庭	基本	500kcal	入門	野菜		
午後																ランチ	お魚	500kcal	基本	週末	洋中		
夜					お魚	入門	野菜	入門	お肉		作りおき	基本	洋中	基本	入門								
教室	1/22(第4月曜)			1/23(第4火曜)			1/24(第4水曜)			1/25(第4木曜)			1/26(第4金曜)			1/27(第4土曜)			1/28(第4日曜)				
午前		お魚	家庭男	入門	アルペ	めん	入門男	飲茶	家庭		500kcal	パン		かあさん	基本男	かあさん	お肉	入門	基本	洋中	パン		
午後																菓子	基本	野菜	和菓子	入門	500kcal		
夜							500kcal	基本	洋中		お魚	入門											
教室	1/29(第2月曜)*			1/30(第1火曜)*			1/31(第1水曜)*			2/1(第1木曜)*													
午前			かあさ男		作りおき	洋中	菓子	週末			野菜	家庭											
午後																							
夜	和菓子	基本		家庭	500kcal	入門	ランチ	基本	パン	菓子	基本												

<凡例>

入門=お料理入門コース
 基本=和食基本技術の会
 かあさん=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
 作りおき=うれしい作りおき料理
 500kcal=30分の500kcal献立
 週末=週末のゆったりごはん

野菜=野菜をおいしく食べる会
 お魚=お魚基本技術の会
 お肉=お肉料理の会
 プランチ=粉から作るランチ
 菓子=お菓子の会
 和菓子=和菓子の会
 パン=手作りパンの会
 めん=手打ちめん スペシャルクラス

飲茶=飲茶の会
 アルペ=イタリア料理のアルペラータ
 菓膳=菓膳料理の会
 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
 かあさ男=かあさんの味 男性クラス
 洋中男=洋食・中華おかずの基本 男性クラス
 家庭男=家庭料理の会 男性クラス

<料理教室の実習時間>

午前=10:00-12:15
 (入門・ランチ10:00-12:00)
 午後=13:30-15:45
 (入門・ランチ13:30-15:30)
 夜 =18:30-20:45
 (入門・ランチ19:00-21:00)

<ショップ営業時間>

【平日】
 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	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C												
	1日①木※1月分			2日			3日			4日			5日②月※			6日			7日			8日			9日			10日			11日		
午前											野菜	家庭	ショップオープン時間: 10:00~16:00			入門	献立	基本	作り	家庭	基本												
午後																入門	洋中	パン	野菜	入門	基本												
夜										菓子		基本																					
午前			味男		作り	洋中	菓子	週末		入門	魚秋	基本	粉	作り	基本	洋中	魚秋	家庭	洋中	入門男	味												
午後																基本	入門	週末	作り	基本	パン												
夜	和菓	基本		家庭	献立	入門	粉	基本	パン		入門	家庭																					
午前	12日			13日			14日			15日			16日			17日			18日														
午後	お休み			粉	お肉	薬膳		入門男	基本男	和菓	洋中	家庭		献立	入門	作り	家庭	基本	献立	入門	野菜												
夜																			粉	魚秋	献立	基本	週末	洋中									
								作り	洋中		味	週末		作り	基本	洋中	基本	入門															
午前	19日			20日			21日			22日			23日			24日			25日														
午後		入門男	洋中男	野菜	基本	パン	作り	味	パン		献立	パン		味	基本男	味	お肉	入門	基本	洋中	パン												
夜					魚秋	入門	野菜	入門	お肉		魚秋	入門				菓子	基本	野菜	和菓	入門	献立												
午前	26日			27日			28日			1日①木※2月分			2日			3日			4日														
午後		魚秋	家庭男	入門	伊タ	めん	入門男	飲茶	家庭		野菜	家庭																					
夜													菓子		基本																		

<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 作り=うれしい作りおき料理 献立=30分の500kcal 献立 週末=週末のゆったりごはん</p>	<p>野菜=野菜をおいしく食べる会 魚秋=お魚基本技術の会 お肉=お肉料理の会 粉=粉から作るパンチ 菓子=お菓子の会 和菓=和菓子の会 パン=パンの会 めん=手打ちめんスペシャルクラス</p>	<p>飲茶=飲茶の会 伊タ=イタリア料理の会アルペラータ 薬膳=薬膳料理の会</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 味男=かあさんの味男性クラス 洋中男=洋食・中華おかずの基本男性クラス 家庭男=家庭料理の会男性クラス</p>	<p><料理教室の実習時間> 午前=10:00-12:15 (入門・ランチ10:00-12:00) 午後=13:30-15:45 (入門・ランチ13:30-15:30) 夜=18:30-20:45 (入門・ランチ 19:00-21:00)</p>	<p><ショップ営業時間> 【平日】 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>
---	--	--	--	---	---