

	月			火			水			木			金			土			日				
													9/1(第1金曜)			9/2(第1土曜)			9/3(第1日曜)				
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C		
午前													ショップオープン時間: 10:00～16:00				入門	500kcal	和食基本	野菜	家庭料理	和食基本	
午後																		ランチ	洋食中華	パンの会		入門	和食基本
夜																							
	9/4(第3月曜)※			9/5(第1火曜)			9/6(第1水曜)			9/7(第1木曜)			9/8(第2金曜)			9/9(第2土曜)			9/10(第2日曜)				
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C		
午前		入門男性	洋中男性		飲茶の会	洋食中華	お菓子	週末ごはん		ランチ	野菜			野菜	和食基本	洋食中華	お魚基本	家庭料理	洋食中華	入門男性	かあさん		
午後																和食基本	入門	週末ごはん	ランチ	和食基本	パンの会		
夜					500kcal	入門		和食基本	パンの会	お菓子		和食基本											
	9/11(第2月曜)			9/12(第2火曜)			9/13(第2水曜)			9/14(第2木曜)			9/15(第3金曜)			9/16(第3土曜)			9/17(第3日曜)				
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C		
午前			かあさん男	野菜	お肉料理			入門男性	和食基男		お魚基本	和食基本		500kcal	入門	ランチ	野菜	和食基本	500kcal	入門	野菜		
午後																500kcal	お魚基本	パンの会	和食基本	週末ごはん	洋食中華		
夜	和菓子	和食基本		ランチ		洋食中華		かあさん	週末ごはん		入門	家庭料理	洋食中華	和食基本	入門								
	9/18(祝)			9/19(第3火曜)			9/20(第3水曜)			9/21(第3木曜)			9/22(第4金曜)			9/23(第4土曜)			9/24(第4日曜)				
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C		
午前				ランチ	和食基本	パンの会		かあさん	パンの会	和菓子	洋食中華	家庭料理		かあさん	和食基男	かあさん	お肉料理	入門	和食基本	洋食中華	パンの会		
午後	お休み															お菓子	和食基本	野菜	和菓子	入門	500kcal		
夜					お魚基本	入門	野菜	入門	お肉料理		野菜	和食基本											
	9/25(第4月曜)			9/26(第4火曜)			9/27(第4水曜)			9/28(第4木曜)			9/29(第5金曜)			9/30(第5土曜)							
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C		
午前		お魚基本	家庭男性		イタリア	入門	ランチ		家庭料理		500kcal	パンの会											
午後																							
夜							500kcal	和食基本	洋食中華	ランチ	お魚基本												

<p>&lt;凡例&gt;                  入門＝お料理入門コース                  和食基本＝和食基本技術の会                  洋食中華＝洋食・中華おかずの基本                  かあさん＝かあさんの味                  家庭料理＝家庭料理の会                  お肉料理＝お肉料理の会                  お魚基本＝お魚基本技術の会</p>	<p>野菜＝野菜をおいしく食べる会                  500kcal＝30分の500kcal献立                  週末ごはん＝週末のゆったりごはん                  お菓子＝お菓子の会                  パンの会＝手作りパンの会                  和菓子＝和菓子の会                  ランチ＝粉から作るランチ</p>	<p>飲茶の会＝飲茶の会                  イタリア＝イタリア料理の会アルペラータ                  入門男性＝お料理入門コース男性クラス                  和食基男＝和食基本技術の会男性クラス                  洋中男性＝洋食・中華おかずの基本男性クラス                  かあさん男＝かあさんの味男性クラス                  家庭男性＝家庭料理の会男性クラス</p>	<p>&lt;料理教室の実習時間&gt;                  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>&lt;ショップ営業時間&gt;                  【平日】                  午前・午後教室のみの日＝9:30-15:30                  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>
---	--	---	--	--

	月			火			水			木			金			土			日		
																10/1(第1日曜)					
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
午前																			野菜	家庭料理	和食基本
午後																				入門	和食基本
夜																					
	10/2(第2月曜)※			10/3(第1火曜)			10/4(第1水曜)			10/5(第1木曜)			10/6(第1金曜)			10/7(第1土曜)			10/8(第2日曜)		
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
午前			かあさ男		飲茶の会	洋食中華	お菓子	週末ごはん		ランチ	野菜		お休み	入門	500kcal	和食基本	洋食中華	入門男性	かあさん		
午後														ランチ	洋食中華	パンの会	ランチ	和食基本	パンの会		
夜	和菓子	和食基本			500kcal	入門		和食基本	パンの会	お菓子		和食基本									
	10/9(祝)			10/10(第2火曜)			10/11(第2水曜)			10/12(第2木曜)			10/13(第2金曜)			10/14(第2土曜)			10/15(第3日曜)		
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
午前				野菜	お肉料理			入門男性	和食基本		お魚基本	和食基本		野菜	和食基本	洋食中華	お魚基本	家庭料理	500kcal	入門	野菜
午後	お休み															和食基本	入門	週末ごはん	和食基本	週末ごはん	洋食中華
夜				ランチ		洋食中華		かあさん	週末ごはん		入門	家庭料理									
	10/16(第3月曜)			10/17(第3火曜)			10/18(第3水曜)			10/19(第3木曜)			10/20(第3金曜)			10/21(第3土曜)			10/22(第4日曜)		
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
午前		入門男性	洋中男性	ランチ	和食基本	パンの会		かあさん	パンの会	和菓子	洋食中華	家庭料理		500kcal	入門	ランチ	野菜	和食基本	和食基本	洋食中華	パンの会
午後																500kcal	お魚基本	パンの会	和菓子	入門	500kcal
夜					お魚基本	入門	野菜	入門	お肉料理		野菜	和食基本	洋食中華	和食基本	入門						
	10/23(第4月曜)			10/24(第4火曜)			10/25(第4水曜)			10/26(第4木曜)			10/27(第4金曜)			10/28(第4土曜)			10/29(第5日曜)		
教室	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C	A	B	C
午前		お魚基本	家庭男性		イタリア	入門	ランチ		家庭料理		500kcal	パンの会		かあさん	和食基本	かあさん	お肉料理	入門	ショップはお休みです ※体験教室は開催しています		
午後																お菓子	和食基本	野菜			
夜							500kcal	和食基本	洋食中華	ランチ	お魚基本										
	10/30(第5月曜)			10/31(第5火曜)																	
	お休み			ショップオープン時間: 10:00～16:00																	

<凡例>

入門＝お料理入門コース  
 和食基本＝和食基本技術の会  
 洋食中華＝洋食・中華おかずの基本  
 かあさん＝かあさんの味  
 家庭料理＝家庭料理の会  
 お肉料理＝お肉料理の会  
 お魚基本＝お魚基本技術の会

野菜＝野菜をおいしく食べる会  
 500kcal＝30分の500kcal献立  
 週末ごはん＝週末のゆったりごはん  
 お菓子＝お菓子の会  
 パンの会＝手作りパンの会  
 和菓子＝和菓子の会  
 ランチ＝粉から作るランチ

飲茶の会＝飲茶の会  
 イタリア＝イタリア料理の会アルベラータ  
 入門男性＝お料理入門コース男性クラス  
 和食基本＝和食基本技術の会男性クラス  
 洋中男性＝洋食・中華おかずの基本男性クラス  
 かあさん＝かあさんの味男性クラス  
 家庭男性＝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＝9:30～15:30  
 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