

	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													バランス	入門				
午後													パン	チーズ				
夕方・夜																		
	2日③月※7月分		3日		4日		5日		6日		7日		8日					
午前	お休み		家庭	万春	お休み		お肉	入門男	お休み		基本	家庭	洋中	基本				
午後														作り	和菓	野菜		
夕方・夜																		
	9日		10日		11日		12日		13日		14日		15日					
午前	お休み		パン	基本男	野菜	洋中	バランス	仏春	お休み		チーズ	お肉	基本	週末				
午後														入門		作り		
夕方・夜					作り	魚春	味	チーズ				入門						
	16日		17日		18日		19日		20日		21日		22日					
午前	お休み		味	入門	作り	基本	チーズ	魚春	お休み		味	入門	作り	家庭				
午後																入門		
夕方・夜					洋中	基本												
	23日		24日		25日		26日		27日		28日		29日②日※8月分					
午前	お休み			基本		チーズ	お休み		お休み		洋中	魚春	洋中	基本				
午後															基本		和菓	野菜
夕方・夜											バランス	基本						
	30日		31日②火※8月分															
午前	ショップオープン時間: 10:00-15:00		パン	基本男														
午後																		
夕方・夜					作り	魚春												

<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

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  
 魚春＝お魚基本技術の会  
 お肉＝お肉料理の会  
 和菓＝和菓子の会  
 パン＝手作りパンの会

万春＝なだ万の日本料理  
 仏春＝グラシアニのフランス家庭料理・春夏

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

<料理教室の実習時間>  
 午前＝10:00-12:15  
 午後＝13:30-15:45  
 夜＝18:30-20:45  
 ※平日のみ

<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					お休み		お肉	入門男	お休み		基本	家庭	バランス	入門						
午後														作り	パン	チーズ				
夕方・夜																				
	6日②月※8月分		7日		8日		9日		10日		11日		12日							
午前	お休み		家庭	万春	野菜	洋中	バランス	仏春	お休み		チーズ	お肉	お休み							
午後															入門					
夕方・夜					味	チーズ		入門												
	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		お休み		味	入門	基本	週末						
午後																	パン			作り
夕方・夜																				
	20日		21日		22日		23日		24日		25日		26日							
午前	お休み		味	入門		チーズ	お休み		お休み		洋中	魚春	作り	家庭						
午後															基本			入門		
夕方・夜					洋中	基本					バランス	基本								
	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			基本	作り	基本	チーズ	魚春	ショップオープン時間: 10:00-15:00											
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

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  
 魚春＝お魚基本技術の会  
 お肉＝お肉料理の会  
 和菓＝和菓子の会  
 パン＝手作りパンの会

万春＝なだ万の日本料理  
 仏春＝グランアニのフランス家庭料理・春夏

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

<料理教室の実習時間>

午前＝10:00-12:15  
 午後＝13:30-15:45  
 夜＝18:30-20:45  
 ※平日のみ

<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