

	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	
午前											入門	洋中	家庭	基本
午後											基本	バランス	チーズ	
夕方夜														
	3日④月		4日		5日		6日		7日		8日		9日	
午前			味	チーズ	バランス	作り	野菜	パン			家庭	基本	入門	洋中
午後											魚秋	作り	野菜	
夕方夜														
	10日		11日		12日		13日		14日		15日		16日	
午前	和菓	基本男	魚秋	入門		週末		作り	味	基本	お肉	バランス	入門	基本
午後												入門	作り	週末
夕方夜														
	17日		18日		19日		20日		21日		22日		23日	
午前	洋中男	入門男	バランス	基本		家庭	魚秋	菓子			チーズ	野菜	入門	味
午後											和菓	パン		菓子
夕方夜				洋中										
	24日		25日		26日		27日		28日		29日		30日	
午前			お肉	洋中		チーズ	家庭	飲茶	バランス	入門男				
午後														
夕方夜					基本	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>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 魚秋＝お魚基本技術の会 お肉＝お肉料理の会 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>飲茶＝飲茶の会 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 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 午後＝13:30-15:45 夜＝18:30-20:45 ※平日のみ</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>
--	--	--	--	--

	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		6日	
午前											入門	洋中	家庭	基本
午後											基本	バランス	チーズ	
夕方夜														
	7日②月		8日		9日		10日		11日		12日		13日	
午前	和菓	基本男	魚秋	入門		週末		作り	味	基本	家庭	基本	入門	洋中
午後											魚秋	作り	野菜	
夕方夜														
	14日		15日		16日		17日		18日		19日		20日	
午前			バランス	基本		家庭	魚秋	菓子			お肉	バランス	入門	基本
午後												入門	作り	週末
夕方夜				洋中										
	21日		22日		23日		24日		25日		26日		27日	
午前	洋中男	入門男	お肉	洋中		チーズ	家庭	飲茶	バランス	入門男	チーズ	野菜	入門	味
午後											和菓	パン		菓子
夕方夜					基本	入門								
	28日		29日①火		30日①水		31日①木							
午前			味	チーズ	バランス	作り	野菜	パン						
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
 魚秋＝お魚基本技術の会
 お肉＝お肉料理の会
 菓子＝お菓子の会
 和菓＝和菓子の会
 パン＝手作りパンの会

飲茶＝飲茶の会
 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
 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
 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	
午前											入門	洋中	家庭	基本
午後											基本	バランス	チーズ	
夕方夜														
	4日②月		5日		6日		7日		8日		9日		10日	
午前	和菓	基本男	味	チーズ	バランス	作り	野菜	パン	味	基本	家庭	基本	入門	洋中
午後											魚秋	作り	野菜	
夕方夜														
	11日		12日		13日		14日		15日		16日		17日	
午前			魚秋	入門		週末		作り			お肉	バランス	入門	基本
午後												入門	作り	週末
夕方夜														
	18日		19日		20日		21日		22日		23日		24日	
午前	洋中男	入門男	バランス	基本		家庭	魚秋	菓子	バランス	入門男	チーズ	野菜	入門	味
午後											和菓	パン		菓子
夕方夜				洋中										
	25日		26日		27日		28日							
午前			お肉	洋中		チーズ	家庭	飲茶						
午後														
夕方夜					基本	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>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 魚秋＝お魚基本技術の会 お肉＝お肉料理の会 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>飲茶＝飲茶の会 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 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 午後＝13:30-15:45 夜＝18:30-20:45 ※平日のみ</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>
--	--	--	--	--

	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	
午前											入門	洋中	家庭	基本
午後											基本	バランス	チーズ	
夕方夜														
	4日		5日		6日		7日		8日		9日		10日	
午前			味	チーズ	バランス	作り	野菜	パン	味	基本	家庭	基本	入門	洋中
午後											魚秋	作り	野菜	
夕方夜														
	11日		12日		13日		14日		15日		16日		17日	
午前	和菓	基本男	魚秋	入門		週末		作り			お肉	バランス	入門	基本
午後												入門	作り	週末
夕方夜														
	18日		19日		20日		21日		22日		23日		24日	
午前	洋中男	入門男	バランス	基本		家庭			バランス	入門男	チーズ	野菜	入門	味
午後											和菓	パン		菓子
夕方夜				洋中										
	25日		26日		27日		28日		29日③木		30日		31日	
午前			お肉	洋中		チーズ	家庭	飲茶	魚秋	菓子				
午後														
夕方夜					基本	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>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 魚秋＝お魚基本技術の会 お肉＝お肉料理の会 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>飲茶＝飲茶の会 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 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 午後＝13:30-15:45 夜＝18:30-20:45 ※平日のみ</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>
--	--	--	--	--

	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		6日		7日	
午前			味	チーズ	バランス	作り	野菜	パン			入門	洋中	家庭	基本
午後											基本	バランス	チーズ	
夕方 夜														
	8日		9日		10日		11日		12日		13日		14日	
午前	和菓	基本男	魚秋	入門		週末		作り	味	基本	家庭	基本	入門	洋中
午後											魚秋	作り	野菜	
夕方 夜														
	15日		16日		17日		18日		19日		20日		21日	
午前	洋中男	入門男	バランス	基本		家庭	魚秋	菓子			お肉	バランス	入門	基本
午後												入門	作り	週末
夕方 夜				洋中										
	22日		23日		24日		25日		26日		27日		28日	
午前			お肉	洋中		チーズ	家庭	飲茶	バランス	入門男	チーズ	野菜	入門	味
午後											和菓	パン		菓子
夕方 夜					基本	入門								
	29日		30日											
午前														
午後														
夕方 夜														

<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>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 魚秋＝お魚基本技術の会 お肉＝お肉料理の会 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>飲茶＝飲茶の会 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 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 午後＝13:30-15:45 夜＝18:30-20:45 ※平日のみ</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>
--	--	--	--	--