

	月				火				水				木				金				土				日							
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D				
													1日①木※2月分				2日				3日				4日							
午前														お肉	魚秋	基本男	ショップオープン時間: 9:30-17:30	洋中	パン	基本	味	洋中	作り	家庭	入門							
午後																			入門	基本	魚秋		パン	献立								
夜														作り	家庭																	
	5日				6日				7日				8日				9日				10日				11日							
午前						パン	週末			味	山秋	和菓		パン	杉秋	家庭男		基本		農家	洋中	家庭	野菜	入門	味	基本	入門	野菜				
午後								大政														作り	菓子	基本	洋中	基本	入門男	粉				
夜														入門	味	献立		入門	基本	洋中												
	12日				13日				14日				15日				16日				17日				18日							
午前		入門男	作り	洋中	入門	野菜	基本男	味		洋中	菓子	めん	家庭	野菜	マ秋	洋中男		作り		懐石	入門	作り	魚秋	基本	献立	パン	菓子	洋中				
午後																					洋中	粉		家庭		基本	週末	和菓				
夜						基本	週末	魚秋		パン	基本	洋中		基本	粉																	
	19日				20日				21日				22日				23日				24日				25日							
午前		献立		懐石		家庭	入門男	農家	お休み					味男	週末	作り	ショップオープン時間: 9:30-17:30				基本	野菜	入門	週末		入門	基本	家庭				
午後																									味	作り	お肉	献立		入門	作り	
夜						洋中	味	献立																								
	26日				27日				28日				29日※①木				30日※③水				31日											
午前			仏秋			粉	杉秋	魚秋		基本	献立	発酵食		お肉	魚秋	基本男		基本	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																																
夜						入門	基本							作り	家庭			入門	野菜	作り												

<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

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=粉から作るランチ
 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

マ秋=おうちでマクロビオティック
 杉秋=四季のおぼんざい
 山秋=ノラツツアのイタリア料理
 仏秋=ル・クロのフレンチ
 農家=農家厨房の中国料理
 大政=大政先生の和菓子の会
 懐石=懐石料理の会
 発酵食=花の発酵食ごはん

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

<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19:00-21:00)

<ショップ営業時間>

【月~金】9:30-17:30
 ※教室のある土曜・日曜は、
 お買い物ができます
 (9:30-16:00)

	月				火				水				木				金				土				日						
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D			
	1日																														
午前																									洋中	作り	家庭	入門			
午後																											パン	献立			
夜																															
	2日				3日				4日				5日				6日				7日				8日						
午前						パン	週末			味	山秋	和菓			お肉	魚秋	基本男					洋中	パン	基本	味	味	基本	入門	野菜		
午後	ショップオープン時間: 9:30-17:30							大政										ショップオープン時間: 9:30-17:30						入門	基本	魚秋	洋中	基本	入門男	粉	
夜																							作り	家庭							
	9日				10日				11日				12日				13日				14日				15日						
午前		入門男	作り	洋中	入門	野菜	基本男	味		洋中	菓子	めん			パン	杉秋	家庭男			基本		農家	洋中	家庭	野菜	入門	献立	パン	菓子	洋中	
午後																								作り	菓子	基本			基本	週末	和菓
夜						基本	週末	魚秋		パン	基本	洋中			入門	味	献立			入門	基本	洋中									
	16日				17日				18日				19日				20日				21日				22日						
午前		献立		石大		家庭	入門男	農家		基本	入門		家庭	野菜	マ秋	洋中男			作り		石大	入門	作り	魚秋	基本			入門	基本	家庭	
午後																							洋中	粉		家庭			入門	作り	
夜						洋中	味	献立		入門	野菜	作り		基本	粉																
	23日				24日				25日				26日				27日				28日				29日						
午前			仏秋			粉	杉秋	魚秋		基本	献立	発酵食		味男	週末	作り	ショップオープン時間: 9:30-17:30				基本	野菜	入門	週末	お休み						
午後																					味	作り	お肉	献立							
夜						入門	基本																								
	30日				31日				1日				2日				3日				4日				5日						
午前	お休み																														
午後																															
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 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=粉から作るランチ 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>マ秋=おうちでマクロビオティック 杉秋=四季のおぼんざい 山秋=ノガッツアのイタリア料理 仏秋=ル・クロのフレンチ 農家=農家厨房の中国料理 大政=大政先生の和菓子の会 石大=懐石料理の会 発酵食=花の発酵食ごはん</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19:00-21:00)</p>	<p><ショップ営業時間> 午前=10:00-17:30 【月~金19:30-17:30 ※教室のある土曜・日曜は、 お買いものができません (9:30-16:00)</p>
--	--	---	--	--	--