

	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※2月分			2日			3日			4日								
午前										パン	野菜		お休み	基本	家庭	粉	作り	入門	野菜					
午後														パン	週末	味	基本	入門	洋中					
夜										洋中	基本	入門												
	5日			6日			7日			8日			9日			10日			11日					
午前	お休み			作り			洋中	基本	粉	味	野菜	洋中男	薬膳	家庭		基本	入門	洋中	基本	入門	家庭			
午後																			献立	魚秋	洋中	パン	入門男	献立
夜										パン	献立	入門男												
	12日			13日			14日			15日			16日			17日			18日					
午前	作り	基本男		基本	和菓	魚秋	菓子	入門	献立	入門男	基本	粉	献立	基本		洋中	魚秋	お肉	洋中	基本	入門			
午後																入門	基本	野菜	作り	基本	粉			
夜				野菜	粉	家庭	基本	和菓		作り	献立													
	19日			20日			21日			22日			23日			24日			25日					
午前	入門男	伊タ		入門	野菜	懐石	ショップはお休みです *体験教室は開催しています			家庭男	入門	作り	味			野菜	基本	入門	洋中	週末	味			
午後																			パン	基本	作り	菓子	和菓	入門
夜				入門	魚秋	基本				野菜	魚秋													
	26日			27日			28日			29日※①木			30日※③水			31日								
午前	基本男	魚秋		洋中	家庭	お肉	洋中男	味男		パン	野菜		パン	週末	基本男	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				作り	週末		基本	入門		洋中	基本	入門	菓子	洋中	味									

<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

伊タ=イタリア料理の会アルペラータ
 薬膳=薬膳料理の会
 懐石=懐石料理の会

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
 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・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																							
午前																			作り	入門	野菜			
午後																			基本	入門	洋中			
夜																								
	2日			3日			4日			5日			6日			7日			8日					
午前	ショップ営業時間: 10:00～16:00			作り			洋中	基本	粉	パン	野菜		お休み			基本	家庭	粉	基本	入門	家庭			
午後																		パン	週末	味	パン	入門男	献立	
夜									パン	献立	入門男	洋中				基本	入門							
	9日			10日			11日			12日			13日			14日			15日					
午前	作り	基本男		基本	和菓	魚秋	菓子	入門	献立	味	野菜	洋中男	薬膳	家庭		基本	入門	洋中	洋中	基本	入門			
午後																献立	魚秋	洋中	作り	基本	粉			
夜				野菜	粉	家庭	基本	和菓																
	16日			17日			18日			19日			20日			21日			22日					
午前	入門男	伊タ		入門	野菜	懐石	パン	週末	基本男	入門男	基本	粉	献立	基本		洋中	魚秋	お肉	洋中	週末	味			
午後																入門	基本	野菜	菓子	和菓	入門			
夜				入門	魚秋	基本	菓子	洋中	味	作り	献立													
	23日			24日			25日			26日			27日			28日			ショップはお休みです *体験教室は 開催しています					
午前	基本男	魚秋		洋中	家庭	お肉	洋中男	味男		家庭男	入門	作り	味		野菜	基本	入門							
午後															パン	基本	作り							
夜				作り	週末		基本	入門		野菜	魚秋													
	30日																							
午前	お休み																							
午後																								
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
 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=粉から作るパンチ
 菓子=お菓子の会
 和菓=和菓子の会
 パン=パンの会

伊タ=イタリア料理の会アルベラータ
 薬膳=薬膳料理の会
 懐石=懐石料理の会

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
 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・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