

	月			火			水			木			金			土			日				
							11/1(第1水曜)			11/2(第1木曜)			11/3(祝)			11/4(第1土曜)			11/5(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							洋中	基本	ランチ	パン		野菜	お休み				基本	家庭	ランチ	作りおき	入門	野菜	
午後																		パン	週末	かあさん	基本	入門	洋中
夜							パン	500kcal	入門男	洋中	基本	入門											
	11/6(第1月曜)			11/7(第1火曜)			11/8(第2水曜)			11/9(第2木曜)			11/10(第2金曜)			11/11(第2土曜)			11/12(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	お休み			作りおき			菓子	入門	500kcal	かあさん	野菜	洋中男	薬膳	家庭		基本	入門	洋中	基本	入門	家庭		
午後																	500kcal	お魚	洋中	パン	入門男	500kcal	
夜										基本	和菓子												
	11/13(第2月曜)			11/14(第2火曜)			11/15(第3水曜)			11/16(第3木曜)			11/17(第3金曜)			11/18(第3土曜)			11/19(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	作りおき	基本男		基本	和菓子	お魚	パン	週末	基本男	入門男	基本	ランチ	500kcal	基本		洋中	お魚	お肉	洋中	基本	入門		
午後																入門	基本	野菜	作りおき	基本	ランチ		
夜				野菜	ランチ	家庭	菓子	洋中	かあさん	作りおき	500kcal												
	11/20(第3月曜)			11/21(第3火曜)			11/22(第4水曜)			11/23(祝)			11/24(第4金曜)			11/25(第4土曜)			11/26(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	アルベ		入門	野菜	懐石	洋中男	かあさん		お休み			かあさん			野菜	基本	入門	洋中	週末	かあさん		
午後																	パン	基本	作りおき	菓子	和菓子	入門	
夜				入門	お魚	基本	基本	入門															
	11/27(第4月曜)			11/28(第4火曜)			11/29(第5水曜)			11/30(第4木曜)*													
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	基本男	お魚		洋中	家庭	お肉	お休み			家庭男	入門	作りおき											
午後																							
夜				作りおき	週末						野菜	お魚											

<凡例>

入門=お料理入門コース
 基本=和食基本技術の会
 かあさん=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
 作りおき=うれしい作りおき料理
 500kcal=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
 お魚=お魚基本技術の会
 お肉=お肉料理の会
 ランチ=粉から作るランチ
 菓子=お菓子の会
 和菓子=和菓子の会
 パン=手作りパンの会

アルベ=イタリア料理のアルペラータ
 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
 かあさん=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