

手作りが一番!!!

2025年1月~3月
カリキュラム



☆講師 管理栄養士・フードコーディネーター
山本 理江(やまもと まさえ)

毎月入会可能です

月1回コース(A/Bクラス)
月2回コース(Cクラス) の
2コース(3クラス)からお選び下さい

コース	月1回コース
クラス	Aクラス
開講日	第1火曜日 10時~12時
受講料	3ヵ月分・3回分 19,391円+税=合計21,330円
2025年 受講日	1月7日 2月4日 3月4日

コース	月1回コース
クラス	Bクラス
開講日	第3火曜日 10時~12時
受講料	3ヵ月分・3回分 19,391円+税=合計21,330円
2025年 受講日	1月21日 2月18日 3月18日※お食事会

コース	月2回コース
クラス	Cクラス
開講日	第1・3火曜日 10時~12時
受講料	3ヵ月分・6回分 36,491円+税=合計40,140円
2025年 受講日	1月7日と1月21日 2月4日と2月18日 3月4日と3月18日

※月2回コースを受講いただくと割引となります

1月7日



- ・れんこんのはさみ焼き(写真)
- ・野菜たっぷり炒り豆腐
- ・お楽しみ一品

1月21日



- ・にんじん餃子(写真)
- ・和風にんじんのポタージュ
- ・お楽しみ一品

2月4日



- ・揚げぶりのさっぱり仕立(写真)
- ・菜の花とあさりのサッと煮
- ・お楽しみ一品

2月18日



- ・治部煮(写真)
- ・根菜汁
- ・お楽しみ一品

3月4日



- ・わかめ入いつくね(写真)
- ・ひじき入り混ぜご飯
- ・お楽しみ一品

3月18日

この日はお食事会となります。

※Bクラスの方で調理ご希望の方は3月4日に振替可能です。

場所が決まりましたらまたお知らせいたします。

【お問い合わせ・お申し込み先】

インターティアラ・お料理サロン(栄中日文化センター提携)

〒461-0005 名古屋市東区東桜 1-3-22 ヴィアーレ・アルベルゴ 10F

(受付時間・9:00~18:00 ※但し日曜日を除く)

TEL/FAX:052-253-6340/6344

E-Mail:intertiara-salon@outlook.jp

URL:http://www.intertiara.com

※献立内容は多少変更する場合があります。