

2023年度東新潟コミュニティセンター料理教室 第4期日程予定と受講生募集のご案内

※ 申込みは 11月20日(月) から開始致します

募集コース名	曜日	開催日			定員	講師	参加費
		〈3ヶ月 3回コース〉			事務手数料 200円(3ヶ月)		
毎回 1,900円 当日払い 初回のみ 2,100円(手数料込)		1月	2月	3月		<u>手数料は初回に 頂きます</u>	
時短でごちそう	火曜	30	6	5	16人	小野	5,700円
韓国・中華	火曜	9	13	12	16人	小野	5,700円
家庭料理で和食	火曜	16	20	19	16人	小野	5,700円
ふだんのおかずでおもてなし (和洋中)	水曜	24	7	6	16人	笹川	5,700円
からだ元気	水曜	10	1月31日	13	16人	萱場	5,700円
パンやお菓子、手軽な料理で おもてなし	水曜	17	21	27	16人	笹川	5,700円
メンズ	木曜	18	15	21	16人	小野	5,700円
レポトリーを広げたい今日の晩ごはん	金曜	12	9	8	16人	鷺津	5,700円
簡単作り置き	金曜	19	16	15	16人	霜田	5,700円
キッズクッキング	土曜	20	17	16	12人	樋浦	3,000円

※キッズクッキングは毎月1,000円当日払い(初回のみ1,200円) 開催時間 各コース 10:15~13:00

- ・たくさんの方に受講して頂く為、1期が3ヶ月となりますので1年で4回募集があります
- ・メ切 12月10日(日) ※各コースとも応募多数の場合、抽選となりますのでご了承下さい

【当料理教室の取組み】

- ・アルコール消毒液の設置と清掃や換気の徹底
- ・全スタッフのマスク着用、当日の体調全般確認

【受講者の皆様へお願い】

- ・事前の検温とマスクの着用
- ・石けんやアルコール消毒による手洗いの徹底
- ・体調のすぐれない方の参加はご遠慮下さい

※今後の状況によって延期や中止の場合があります

※当選者へのみハガキを1週間以内に送らせて頂きます(選外通知なし)

- ・お申し込みお問合せ

東新潟コミュニティセンター

新潟市中央区東万代町9番1号

025-246-7714

(第4月曜日は休館・火曜日~金曜日の祝日は休館)



<2023年度第4期 2024年1月～3月> 東新潟コミュニティセンター料理教室 メニュー 一覧

	1月	2月	3月
(火) 時短でごちそう	30日 ほうれん草のキッシュ スプラウトのサラダ アーリオオーリオペペロンチーノ チョコ	6日 いなり寿司 菜の花の酢味噌和え 麩入りかきたま汁 鶏もも肉とじゃが芋のピリッと炒め	5日 ビーフストロガノフ&バターライス 千切り野菜のスープ 根野菜の温サラダ バナナのケーキ
(火) 韓国・中華	9日 豆腐と海老の炒め物 麻婆大根・白菜スープ チョコ	13日 海老のコチュジャンマヨネーズ和え 大根のチヂミ 大根とセリの和え物	12日 中華おこわ もやしと豚バラ肉の炒め物 ほうれん草のスープ マドレーヌ
(火) 家庭料理で和食	19日 豚ロース肉と厚揚げの鍋 ひじきと鯖缶のサラダ 白滝の明太子炒め チョコ	20日 豚肉と若芽の巻物 桜海老入りかき揚げ 根野菜と揚げ玉の味噌汁	19日 干し貝柱と鶏肉の炊き込みご飯 小松菜の味噌汁 菜の花とウドのマヨネーズ和え マドレーヌ
(水) ふだんのおかずでおもてなし(和洋中)	24日 鮭と根菜の粕煮 春菊のくるみ和え 栗入り蒸しパン	7日 薄切り肉のサンドカツ 筑前煮 簡単リーフパイ	6日 きのこの炊きおこわ 生春巻き 沢煮椀 くず餅
からだ元気 (水) <スパイス使いで代謝アップ>	10日 じゃがいものグラタン 手作りソーセージ添え 白みそのコーンポタージュ かぼちゃのパイ	1月31日 生姜の炊き込みご飯 だし巻き卵のかに玉風 にんじんとゆずのラペ 山椒バニラアイス チョコレートソース	13日 鶏肉のレモンクリーム煮 里芋の台湾風煮込み アップルコブラー
(水) パンやお菓子、手軽な料理でおもてなし	17日 ガトーショコラクラシック グリルで簡単アクアパッツァ風	21日 ピッツァ・マルゲリータ 温野菜のサラダ パンナコッタ	27日 山形食パン ミートパイ カリフラワーのポタージュスープ
(木) メンズ	18日 豚ロース肉と厚揚げの鍋 ひじきと鯖缶のサラダ 白滝の明太子炒め	15日 牛肉のさっと茹で カリフラワーの豆乳スープ コールスローサラダ	21日 串カツ 菜の花とウドのマヨネーズ和え 小松菜の味噌汁
(金) レパートリーを広げたい今日の晩ごはん	12日 牡蠣のスープかけご飯 白滝チャプチェ 水キムチ	9日 いり豆炊き込み玄米ご飯 鶏竜田揚げ 茹で野菜のチーズ焼き アールグレイ風味生チョコ	8日 ハッシュドビーフ 白菜のコールスロー オレンジプリン
(金) 簡単つくりおき	19日 カキどんぶり 小松菜のわさび漬け 金時豆の甘煮	16日 チゲ鍋 簡単大根カクテキ キャベツと舞茸の卵炒め	15日 本格ナポリタン アンチョビトースト アーモンドマコロン
(土) キッズクッキング	20日 食パンで肉まん グラスサラダ 生春巻きでデザートクレープ	17日 エビとブロッコリーのパスタ 人参とツナとクルミのサラダ シフォンケーキ	16日 豆の洋風煮込み ガーリックトースト クラッシュゼリー