

# 2026年度東新潟コミュニティセンター料理教室

## 第3期日程予定と受講生募集のご案内

※ 申込みは 8月17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ヶ月分) |     |     |     |                 |        |
| 毎回 2,400円 当日払い<br>初回のみ 2,200円(手数料込) |    | 10月              | 11月 | 12月 |     | 手数料は初回に<br>頂きます |        |
| 時短でごちそう                             | 火曜 | 13               | 10  | 8   | 16人 | 小野              | 6,600円 |
| 家庭料理でおもてなし                          | 火曜 | 20               | 17  | 15  | 16人 | 小野              | 6,600円 |
| ふだんのおかずでおもてなし<br>(和洋中)              | 水曜 | 7                | 4   | 2   | 16人 | 笹川              | 6,600円 |
| からだ元気                               | 水曜 | 14               | 11  | 9   | 16人 | 萱場              | 6,600円 |
| パンやお菓子、手軽な料理で<br>おもてなし              | 水曜 | 21               | 18  | 16  | 16人 | 笹川              | 6,600円 |
| メンズ                                 | 木曜 | 15               | 19  | 17  | 16人 | 小野              | 6,600円 |
| 簡単つくりおき                             | 金曜 | 16               | 20  | 18  | 16人 | 霜田              | 6,600円 |
| キッズクッキング(小3～小6)                     | 土曜 | 17               | 21  | 19  | 12人 | 樋浦              | 3,900円 |
| お家で手軽におもてなし                         | 日曜 | 18               | 15  | 13  | 16人 | 小野              | 6,600円 |

※キッズクッキングは毎月1,300円当日払い(初回のみ1,500円) 開催時間 各コース 10:30～13:00

- ・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
- ・9月10日(木) ※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】

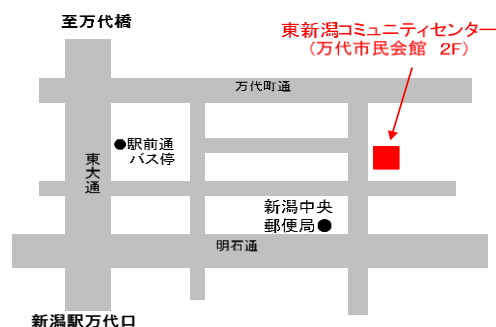
- ・事前の検温とマスクの着用
- ・石けんやアルコール消毒による手洗いの徹底
- ・体調のすぐれない方の参加はご遠慮下さい

※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2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(万代市民会館2F)  
025-246-7714

※第4月曜日は休館・月曜日～金曜日の祝日は休館  
土曜日の祝日は夜間休館 日曜日・月曜日の夜間休館



＜2026年度第3期 2026年10月～12月＞ 東新潟コミュニティセンター料理教室 メニュー 一覧

|                         | 10月                                   | 11月                                       | 12月                                             |
|-------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------|
|                         | 13日                                   | 10日                                       | 8日                                              |
| (火) 時短でごちそう             | 大根とイワシ簡単煮 きんぴらごぼう<br>簡単鶏モモ肉チャーシュー(デモ) | 生ハムの薄切り大根巻 おまめ色々コールスロー<br>茸と牛の簡単煮込み       | フライパンで伊達巻 海鮮チラシ<br>海老しんじょの吸い物                   |
|                         | 20日                                   | 17日                                       | 15日                                             |
| (火) 家庭料理でおもてなし          | 鶏むね肉の南蛮 根菜和風スープ<br>ひじきと人参の煮物          | 大豆と豚肉のカレースープ スコッチエッグの人参巻<br>アボカドとかぼちゃのサラダ | 二色卵(デモ) ほうれん草の豚バラ肉巻<br>栗きんとん 人参のオイル漬け           |
|                         | 7日                                    | 4日                                        | 2日                                              |
| (水) ふだんのおかずでおもてなし(和洋中)  | 栗ときのこのご飯 魚の南蛮漬け<br>かぶときんかんの甘酢和え       | 鮭とチーズのコロッケ 菊ときのこの柚子びたし<br>季節の味噌汁          | 鮭の焼き付け かきあえなます<br>伊達巻 お吸い物                      |
|                         | 14日                                   | 11日                                       | 9日                                              |
| (水) からだ元気<br>＜体を潤す＞     | 中華風炊き込みごはん 開くチンジャオロースー<br>梨と白きくらげのジュレ | 豚肉とじゃがいもの道明寺蒸し しいたけのうま煮<br>モンブランおそば       | スモークサーモンのムース 逆さまアップルパイ<br>ポークソテー マスタードソース       |
|                         | 21日                                   | 18日                                       | 16日                                             |
| (水) パンやお菓子、手軽なお料理でおもてなし | ヨーグルト風味のりんごパン グリーンサラダ<br>豆腐とコーンのスープ   | ビーフシチュー レタスサラダ<br>手軽にスイートポテト              | 魚介のキッシュ キウイソースのサラダ<br>フルーツのフラン                  |
|                         | 15日                                   | 19日                                       | 17日                                             |
| (木) メンズ                 | ゆで豚(デモ) エビチリ<br>根菜の醤油漬け               | コロコロ野菜のミネストローネ アボカドサラダ<br>茸の生ハム巻アヒージョ     | 出し巻 こんにゃくの煮物<br>海老団子 焼き豚(デモ)                    |
|                         | 16日                                   | 20日                                       | 18日                                             |
| (金) 簡単つくりおき             | ワタリガニのパスタ かぶとアンチョビのサラダ<br>簡単アップルパイ    | 蒸しおこわ 白菜のカニ餡かけ<br>杏仁豆腐 切り干し大根と大豆の醤油漬け(デモ) | 牛たたきの葱だれ 蒸し卵のカステラ 林檎きんとん<br>焼き豚(ひたし豚) 即席キムチ(デモ) |
|                         | 17日                                   | 21日                                       | 19日                                             |
| (土) キッズクッキング            | さつまいもご飯 豚汁<br>豆腐白玉                    | ドライカレー スープ<br>ナッツとチョコのスモア                 | サーモンのクリームパスタ グラスサラダ<br>クラフティー                   |
|                         | 18日                                   | 15日                                       | 13日                                             |
| (日) お家で手軽におもてなし         | ゆで豚(デモ) エビチリ<br>根菜の醤油漬け               | コロコロ野菜のミネストローネ アボカドサラダ<br>茸の生ハム巻アヒージョ     | 出し巻 こんにゃくの煮物<br>海老団子 焼き豚(デモ)                    |