

2025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15日(土) 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
<u>〈3ヶ月 3回コース〉</u>					事務手数料 200円(3ヶ月分)		
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	13	10	10	16人	小野	5,700円
家庭料理でおもてなし	火曜	20	17	17	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	7	4	4	16人	笛川	5,700円
からだ元気	水曜	14		11	16人	萱場	3,800円
パンやお菓子、手軽な料理で おもてなし	水曜	21	18	18	16人	笛川	5,700円
メンズ	木曜	15	19	19	16人	小野	5,700円
レパートリーを広げたい今日の晩ごはん	金曜	9	13	13	16人	鷲津	5,700円
簡単つくりおき	金曜	16	20	6	16人	霜田	5,700円
キッズクッキング(小3~小6)	土曜	17	21	21	12人	樋浦	3,000円
お家で手軽におもてなし	日曜	18	15	15	16人	小野	5,700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
- ・〆切 12月10日(水) ※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)

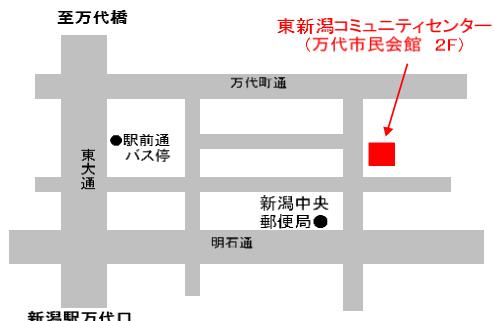
- ・お申し込みお問合せ

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月曜休館・火曜~金曜の祝日は休館)



<2025年度第4期 2026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	13日 簡単ピラフ クラムチャウダー 人参とツナのサラダ	10日 けんちんうどん 水菜の辛子和え ブルーンチョコ	10日 マーぼー春雨 白菜の中華風甘酢漬け 青梗菜とかにかまサラダ
(火) 家庭料理でおもてなし	20日 旬の魚とほうれん草のグラタン レンコンのタルタルサラダ カブのポタージュ	17日 鶏挽き肉団子のスープ アボカドの中華風サラダ 中華蒸しカステラ	17日 ヒレ肉の簡単味噌つけ 車麩の卵とじ カブと揚げの味噌汁
(水) ふだんのおかずで おもてなし(和洋中)	7日 ポトフ 冬菜の辛し和え ワインかん	4日 薄切り肉のサンドカツ 筑前煮 簡単リーフパイ	4日 揚げ魚のおろし煮 春キャベツと肉のサラダ ごま豆腐 フルーツ寒天
(水) からだ元気 <代謝を上げて免疫アップ>	14日 生姜ごはん エビと白菜の豆乳煮 福袋 抹茶豆腐もち		11日 八宝菜～中華丼 ザーサイともやしのあえもの ヨーグルトプリン きんかんとしょうがのシロップ
(水) パンやお菓子、手軽な お料理でおもてなし	21日 鶏の甘酢だれ 中華風野菜たっぷりスープ ブラウニー	18日 テーブルパン スペイン風オムレツ キャロットポタージュスープ	18日 ハヤシライス シーザーサラダ クリーミープリン
(木) メンズ	15日 塩豚和ポトフ 茶わん蒸し 大根とたらこの煮なます	19日 がんもどきのおろし和え レンコンしんじょ 水菜のお浸し	19日 ロース肉のマスタードソース煮 小松菜とパスタのスープ 温かいじゃが芋サラダ
(金) レパートリーを広げたい 今日の晩ごはん	9日 牡蠣のクッパ チジミ ほうれん草のナムル	13日 鶏モモ肉のスープカレー カリフラワーのサラダ ガトーショコラ	13日 トム・ヤム・クン 春雨サラダ(ヤムウンセン) 焼きバナナ
(金) 簡単つくりおき	16日 鱈の煮物 小松菜のワサビ漬 白菜のチーズサラダ 煎り大豆のごはん	20日 爽やかな辛さの麻婆豆腐 春雨ともやしのビリ辛サラダ 胡瓜の春巻き 麦チャンプルー	6日 簡単キッシュ ツナと大根のサラダ 苺のパイ ストロベリーティー
(土) キッズクッキング	17日 カルボナーラ 牛乳プリン	21日 オムライス 生チョコのビスケットケーキ	21日 鶏ごぼう飯 パンキンムース
(日) お家で手軽におもてなし	18日 塩豚和ポトフ 茶わん蒸し 大根とたらこの煮なます	15日 鶏肉と野菜の香り焼き 人参スープ 大根とハムのサラダ	15日 若芽とウドの和え物 小さな海苔巻 小松菜と鯖缶の汁