

# 2022年11月前半スケジュール

※諸事情により変更になる場合は、予約者様に直接ご連絡させていただきます。

| 月   | 火                              | 水                                | 木                               | 金                                | 土                                | 日                               |                                 |
|---|--------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
|   |                                | 2                                | 3                               | 4                                | 5                                | 6                               |                                 |
| <b>◆担当講師◆</b><br>南 — お肉・バル・出汁<br>お品書き<br>外賀 — アイシング<br>塩見 — 薬膳<br>増田 — MYお菓子<br>西川 — ブレッド・マクロビ<br>他レッスンの講師が気になる方は<br>お気軽にお聞きください♪ | ります                            | 12:30-14:30 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 10:00-12:30<br>★お出汁の会 松花堂弁当     | 12:30-14:30<br>単発中華 参鶏湯風スープ      | 10:00-12:30<br>マクロビスイーツ ロールケーキ   | 10:00-12:00<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ    |                                 |
|   |                                | 13:30-16:00<br>★気負わず作る薬膳 秋の薬膳    | 10:00-12:00<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン | 13:30-16:00<br>初めての料理クラス 6       | 10:00-12:30<br>初めての料理クラス 1       | 10:00-12:30<br>初めての料理クラス 1      | 10:00-12:30<br>ブレッド カスタードクリームパン |
|   |                                | 15:00-17:00<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ     | 12:30-15:00<br>お魚さばき 鯖          | 15:00-17:00<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン  | 13:00-15:00<br>パスタ くるみのクリームパスタ   | 12:30-15:00<br>★気負わず作る薬膳 秋の薬膳   | 12:30-15:00<br>★気負わず作る薬膳 秋の薬膳   |
|   |                                | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 12:45-15:15<br>初めての料理クラス 5      | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 13:15-15:15<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン  | 13:15-15:15<br>女性限定             | 13:15-15:15<br>女性限定             |
|   |                                | 18:30-21:00<br>お魚さばき 鯖           | 15:30-18:00<br>ブレッド カスタードクリームパン | 18:30-20:30 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 15:30-18:00<br>★お品書き 鶏肉のくわ焼き     | 季節を楽しむ食卓 蕪料理                    |                                 |
|   |                                | 18:30-21:00<br>初めての料理クラス 4       | 15:45-17:45<br>土鍋ごはん 蓮根粥        | 18:30-21:00<br>★お品書き 鶏肉のくわ焼き     | 15:45-17:45<br>15分で時短ごはん         | 15:30-18:00<br>初めての料理クラス 2      |                                 |
| 7   | 8                              | 9                                | 10                              | 11                               | 12                               | 13                              |                                 |
| 定休日<br><br>※スタジオレンタル承ります  | 13:30-15:30<br>パスタ くるみのクリームパスタ | 13:30-15:30<br>土鍋ごはん 蓮根粥         | 13:30-16:00<br>初めての料理クラス 2      | 12:30-14:30<br>パスタ くるみのクリームパスタ   | 10:00-12:00 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 10:00-12:30<br>初めての料理クラス 5      |                                 |
|   | 13:30-16:00<br>お魚さばき 鯖         | 13:30-16:00<br>マクロビスイーツ ロールケーキ   | 13:30-16:00<br>★お品書き 鶏肉のくわ焼き    | 13:30-15:30<br>15分で時短ごはん         | 10:00-12:30<br>初めての料理クラス 4       | 10:00-12:30<br>マクロビスイーツ ロールケーキ  |                                 |
|   | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン         | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン          | 15:00-17:00 女性限定<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 12:30-14:30<br>単発中華 参鶏湯風スープ      | 13:00-15:00<br>単発中華 参鶏湯風スープ     |                                 |
|   | 18:30-20:30<br>15分で時短ごはん       | 18:30-20:30<br>単発中華 参鶏湯風スープ      | 18:30-21:00<br>お魚さばき 鯖          | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 13:15-15:15<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ     | 13:15-15:45<br>ブレッド カスタードクリームパン |                                 |
|   | 18:30-20:30<br>土鍋ごはん 蓮根粥       | 18:30-21:00<br>初めての料理クラス 3       | 18:30-21:00<br>ブレッド カスタードクリームパン | 18:30-20:30<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ     | 15:00-17:30<br>アイシング Xmasオーナメント  | 15:30-18:00<br>★気負わず作る薬膳 秋の薬膳   |                                 |
|   |                                |                                  |                                 | 18:30-20:30<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン  |                                  | 16:15-18:15<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン |                                 |
| 14  | 15                             | 16                               | 17                              | 18                               | 19                               | 20                              |                                 |
| 定休日<br><br>※スタジオレンタル承ります  | 社内研修<br><br>※スタジオレンタル承ります      | 13:30-15:30<br>単発中華 参鶏湯風スープ      | 13:30-16:00<br>★お出汁の会 松花堂弁当     | 13:30-15:30 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 10:00-12:30<br>初めての料理クラス 1       | 10:00-12:30<br>ブレッド カスタードクリームパン |                                 |
|   |                                | 13:30-16:00<br>★気負わず作る薬膳 秋の薬膳    | 13:30-15:30<br>パスタ くるみのクリームパスタ  | 13:30-16:30<br>★お肉の会 ローストビーフ(縮小) | 10:00-12:30<br>お魚さばき 鯖           | 10:00-12:30<br>初めての料理クラス 6      |                                 |
|   |                                | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン          | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 13:00-15:30<br>アイシング Xmasオーナメント  | 13:00-15:00<br>単発中華 参鶏湯風スープ     |                                 |
|   |                                | 18:30-20:30 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 18:30-20:30<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ    | 18:30-21:00<br>アイシング Xmasオーナメント  | 13:15-15:15<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン  | 13:15-15:15<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ    |                                 |
|   |                                | 18:30-20:30<br>パスタ くるみのクリームパスタ   | 18:30-21:00<br>マクロビスイーツ ロールケーキ  | 18:30-21:00<br>初めての料理クラス 2       | 15:45-18:15<br>マクロビスイーツ ロールケーキ   | 15:30-18:00<br>★お出汁の会 松花堂弁当     |                                 |
|   |                                |                                  |                                 | 18:30-21:00<br>初めての料理クラス 2       | 16:00-18:00<br>パスタ くるみのクリームパスタ   | 15:45-17:45<br>土鍋ごはん 蓮根粥        |                                 |



# 2022年11月後半スケジュール

※諸事情により変更になる場合は、予約者様に直接ご連絡させていただきます。

| 月             | 火                                | 水                                | 木  | 金                               | 土                              | 日                                |
|---------------|----------------------------------|----------------------------------|--|---------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|
| 21            | 22                               | 23                               | 24   | 25                              | 26                             | 27                               |
| 定休日           |                                  | 10:00-12:00 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 定休日  |                                 | 10:00-12:00<br>単発中華 参鶏湯風スープ    | 10:00-12:30                      |
| ※スタジオレンタル承ります | 13:30-15:30<br>単発中華 参鶏湯風スープ      | 10:00-12:30<br>初めてのお料理クラス 3      | ※スタジオレンタル承ります  | 13:30-15:30<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン | 10:00-12:30<br>★ブレッド ヴァーノチュカ   | ★ノンアルバル                          |
|               | 13:30-16:00<br>お魚さばき 鯖           | 12:45-14:45<br>パスタ くるみのクリームパスタ   |  | 13:30-16:00<br>★ブレッド ヴァーノチュカ    | 12:45-15:15<br>初めてのお料理クラス 5    | 13:30-15:30 女性限定<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 |
|               | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 13:15-15:15<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ     |  | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン          | 13:15-15:45<br>マクロビスイーツ ロールケーキ | 13:30-16:00<br>初めてのお料理クラス 2      |
|               | 18:30-21:00<br>初めてのお料理クラス 5      | 15:15-18:15                      |  | 18:30-21:00                     | 15:45-18:15                    |                                  |
|               | 18:30-21:00<br>★気負わず作る薬膳 秋の薬膳    | ★お肉の会<br>ローストビーフ                 |  | ★ボジョレーヌーボーバル                    | ★ボジョレーヌーボーバル                   |                                  |
| 28            | 29                               | 30                               |  |                                 |                                |                                  |
| 定休日           |                                  |                                  |  |                                 |                                |                                  |
| ※スタジオレンタル承ります | 12:30-14:30<br>単発洋食 ミラノ風カツレツ     | 12:30-14:30<br>定番洋食① ハンバーグ・グラタン  | <p>11月は2日、4日、11日、29日、30日の5日間！<br/>平日に12時台、15時台レッスンが登場！<br/>早い時間にレッスンを受けたい方、<br/>夕方にレッスンを受けて（夜ご飯を食べて）<br/>お家でゆっくりしたい方向けです♪</p> <p>ご予約お待ちしております*</p> |                                 |                                |                                  |
|               | 13:30-15:30<br>土鍋ごはん 蓮根粥         | 13:30-16:00<br>初めてのお料理クラス 1      |  |                                 |                                |                                  |
|               | 15:00-17:00<br>単発中華 参鶏湯風スープ      | 15:00-17:00 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 |  |                                 |                                |                                  |
|               | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           | 16:30-17:30<br>☆マンツーマン           |  |                                 |                                |                                  |
|               | 18:30-20:30 男女混合<br>季節を楽しむ食卓 蕪料理 | 18:30-20:30<br>単発中華 参鶏湯風スープ      |  |                                 |                                |                                  |
|               | 18:30-21:00<br>初めてのお料理クラス 6      | 18:30-21:00<br>お魚さばき 鯖           |  |                                 |                                |                                  |

予約・キャンセルは  
2日前の19時まで

非会員の方は体験ができます！  
初めてのお料理クラス  
全てのBASIC ※対象外あり  
⇒ ￥1,100- で体験可能！

| ～スケジュール表の見方～  |   |
|---------------|---|
| 初めてのお料理クラス    | 記号がついていないものは <b>BASIC</b><br>☆ BASIC & MY チケット使用可能<br>★ MY<br>※ご不明な点があれば、スタッフまで |
| 定番・パスタ・時短     |   |
| 月替・土鍋         |   |
| 単発・弁当         |   |
| 魚・★魚          |   |
| ブレッド・★ブレッド    |   |
| マクロビ・お菓子・★お菓子 |   |
| アイシング         |   |
| ★薬膳・★出汁・★お品書き |   |
| ★イベント         |   |