

木曜日クラス

金曜日クラス

毎月入会可能です

2026年1月～2026年3月

季節料理と保存食

- 講師：郷土料理研究家 伊藤華づ枝
- 開講日：第3金曜日 13:15～15:30 } 同じ内容です
第4木曜日 13:15～15:30
- 受講料：3ヵ月分(3回分) 22,773円 + 税 = 25,050円
- 持ち物：エプロン・筆記用具・箸・お持ち帰り用の密閉容器や保冷剤
旬の食材を使用した、季節料理や保存食を実習します

講師 伊藤華づ枝
・インターティアラ・お料理サロン校長
・子供のやさしい心と賢さを育む食育スペシャリスト
・料理の技と知識で心を動かす”25万人の食の教育者”
・食育伝道師・管理栄養士・料理研究家
・テーブルコーディネーター・調理師
・フードコーディネーター
・スイーツスペシャリスト
・介護食アドバイザー・幼児食アドバイザー
・中国茶アドバイザー・だしの探求家
・おこめマイスター



【振替受講可能】 欠席される場合は、他のクラスに追加金なしで振替受講が可能です
(受講日の3日前までに欠席の連絡を頂いた場合のみ・2日前～当日の欠席は振替受講不可)
(ただし、「伊藤華づ枝の手料理を食べる会」クラス、「プロから学ぶ日本料理の極意」クラスは追加金が必要です)

1月16日(金)・22日(木)

～甘酒を作りましょう～

- * スモークサーモンとほうれん草のクリームパスタ(写真①)
- * ポークグリル・たっぷりの野菜添え(写真②)
- * ブロッコリーのポルパッテ(写真③)



2月20日(金)・26日(木)

～例年通り 赤みそを作りましょう～

- * ソースカツ丼(写真④)
- * 生しいたけのチーズ焼き(写真⑤) または
うどんとエリンギの当座煮(写真⑥)
- * もやしと柑橘のサラダ



※欠席・振替などの連絡は
必ずスタッフまで
直接又はお電話にてご連絡ください
TEL: 052-253-6340/6344

※献立内容や日程は変更する場合があります
※料理写真はイメージです

3月20日(金・祝)・26日(木)

～よもぎ餅を作りましょう～

- * ごぼうとしらす干しの炊き込みご飯(写真⑦)
- * 和風ロール白菜(写真⑧)
- * ちくわとオクラの磯辺揚げ(写真⑨)



【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

