

手作りが一番!!!

【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>

2026年1月~3月
カリキュラム
月2回混合クラス

☆講師 管理栄養士・フードコーディネーター
山本 理江(やまもと まさえ)

毎月入会可能です



コース	月2回コース
クラス	Aクラス
開講日	第1火曜日と第4木曜日 10時~12時
受講料	3ヵ月分・6回分 40,091円 + 税 = 44,100円
2026年 受講日	1月6日と1月22日 2月3日と2月26日 3月3日と3月26日

コース	月1回コース
クラス	Bクラス
開講日	第1火曜日 10時~12時
受講料	3ヵ月分・3回分 21,491円 + 税 = 23,640円
2025年 受講日	1月6日 2月3日 3月3日

※月2回コースを受講いただくと割引となります



1月6日

- ・天津飯(写真)
- ・中華春雨サラダ
- ・お楽しみの一品



1月22日

- ・鶏団子と冬野菜の鍋(写真)
- ・ほうれん草としらすのお浸し
- ・お楽しみの一品



2月3日

- ・ハヤシライス(写真)
- ・いちごとチーズのサラダ
- ・お楽しみの一品



2月26日

- ・具沢山粕汁(写真)
- ・ひじきととほろの混ぜご飯
- ・お楽しみの一品



3月3日

- ・お食事会もしくは
- ・桜えびと菜の花のパスタ(写真)
- ・アスパラとサーモンのサラダ
- ・お楽しみの一品



3月26日

- ・フリコギ(写真)
- ・海鮮千切り
- ・お楽しみの一品

※献立内容は多少変更する場合があります。