

基礎の家庭料理

【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>

~男のチャレンジクッキング~

2026年1月~3月

カリキュラム

☆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1回コース
クラス	Aクラス
開講日	第2木曜日 10時~12時
受講料	3ヵ月分・3回分 21,491円 + 税 = 23,640円
2026年受講日	1月8日 2月12日 3月12日

コース	月1回コース
クラス	Bクラス
開講日	第4木曜日 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22日 2月26日 3月26日

コース	月2回コース
クラス	Cクラス
開講日	第2・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
2025年受講日	1月8日と22日 2月12日と26日 3月12日と26日

※月2回コースを受講いただくと割引となります



- ・天津飯(写真)
- ・中華春雨サラダ
- ・お楽しみの一品



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



- ・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



- ・具沢山柏汁(写真)
- ・ひじきとそぼろの混ぜご飯
- ・お楽しみの一品



- ・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



- ・フルコギ写真
- ・海鮮千切
- ・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。