

手作りが一番!!!

2023年10月～12月
カリキュラム

月1回コース(A/Bクラス)
月2回コース(Cクラス) の
2コース(3クラス)からお選び下さい

☆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1火曜日 10時～12時
受講料	3ヵ月分・3回分 18,491円+税=合計 20,340円
2023年 受講日	10月3日 11月7日 12月5日

コース	月1回コース
クラス	Bクラス
開講日	第3火曜日 10時～12時
受講料	3ヵ月分・3回分 18,491円+税=合計 20,340円
2023年 受講日	10月17日 11月21日 12月19日

コース	月2回コース
クラス	Cクラス
開講日	第1・3火曜日 10時～12時
受講料	3ヵ月分・6回分 35,291円+税=合計 38,820円
2023年 受講日	10月3日と10月17日 11月7日と11月21日 12月5日と12月19日

※月2回コースを受講いただくと1,860円割引となります

10月3日



・麻婆れんこん(写真)
・切り干し大根サラダ
・お楽しみの一品

10月17日



・秋鮭のアクアパッツア(写真)
・ジャーマンポテト
・お楽しみの一品

11月7日



・野菜の肉巻き(写真)
・いかと里芋の煮物
・お楽しみの一品

11月21日



・ささみと小松菜のうま塩炒め(写真)
・具沢山もち麦いしスープ
・お楽しみの一品

12月5日

この日はお食事会となります。
場所が決まりましたらまたお知らせいたします。

【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>

12月19日



・鱈のコロッケ(写真)
・白菜のミルクスープ
・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。